

În această carte uluitoare și cutremurătoare, renumitul psihiatru Brian Weiss – unul dintre primii doctori care a explorat viețile anterioare ale pacienților săi, ca metodă de tratament – ne dezvăluie modul în care viețile noastre viitoare ne pot transforma în prezent.

Toți am trăit vieți anterioare. Toți vom trăi vieți viitoare. Ceea ce facem în viața actuală ne va influența viețile ce vor urma, pe măsură ce evoluăm în drumul nostru spre nemurire. Brian Weiss, renumitul autor al lucrării *Multe vieți, mulți maeștri*, știe că acest lucru este adevărat – deoarece, în ultimul timp, el nu numai că a reușit să-și transporte pacienții în viețile anterioare, ci și în cele viitoare. Ceea ce a descoperit este că există mai multe variante de viitor, astfel încât alegerile pe care le facem acum vor determina calitatea vieții noastre, atunci când vom reveni înapoi în plan fizic. Folosind zeci de studii de caz (cum ar fi de exemplu Samantha, ale cărei rezultate slabe la școală au fost depășite, atunci când s-a întors la o viață anterioară în care era arhitect grec și apoi la una din viitor, în care a văzut că este un medic renumit, sau Hugh, medium, torturat în Evul Mediu ca eretic, al cărui călătorie în viitor i-a adus liniștea sufletească), Dr. Weiss demonstrează beneficiile terapeutice ale progresiei, exact la fel cum a demonstrat că incursiunile în viețile noastre trecute ne pot alina sau vindeca rănilor fizice și emoționale din prezent. Aceasta este o carte revoluționară, bazată pe descoperirile doctorului Weiss despre trecut, care-i va purta pe milioanele lui de cititori într-un viitor individual și colectiv, pe care ei înșiși îl vor crea. Pe parcursul acestui proces, viețile lor actuale vor fi profund transformate, iar ei vor avea mai multă liniște sufletească, mai multă bucurie, mai multă vindecare.



Dr. Brian L. Weiss este profesor emerit în psihiatrie la Centrul Medical Mount Sinai din Miami. Pregătit la Universitatea Columbia și la Școala de Medicină de la Yale, el este autorul binecunoscutelor lucrări *Multe vieți, mulți maeștri* și *Prin timp, spre vindecare*, precum și a altor cărți apreciate. El organizează seminare și programe de pregătire profesională în toată lumea. Dr. Weiss locuiește în Miami, Florida. Puteți vizita site-ul Dr. Weiss, la adresa www.brianweiss.com.

ISBN: 978-973-7978-51-6



Preț: 18 lei

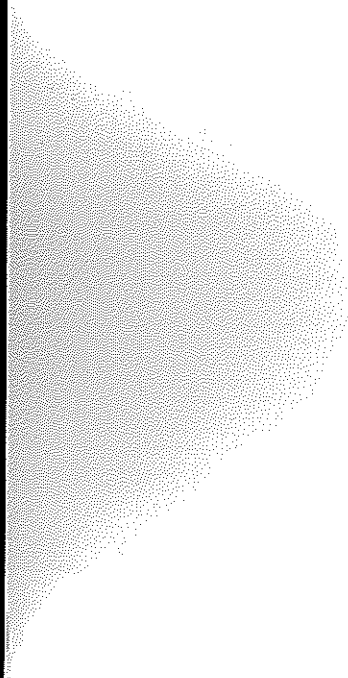
Brian L. Weiss, M.D.

Același suflet, multe trupuri

Descoperă
puterea vindecătoare
a vieților viitoare,
prin terapia regresiei



fy Editura For You



Dr. BRIAN L. WEISS M.D.

ACELAȘI SUFLET, MULTE TRUPURI

Descoperiți puterea vindecătoare
a vieților viitoare,
prin intermediul hipnozei progresive

©Copyright 2004
by Weiss Family Limited Partnership 1, LLP
care are toate drepturile, inclusiv dreptul de reproducere în
întregime sau parțial.
Titlul original *Same Soul, Many Bodies*

Această ediție a fost publicată prin înțelegere cu Warner Books, Inc.,
New York, New York, SUA, care își rezervă toate drepturile.

Tehnoredactare Felicia Drăgușin
Coperta George Acu

Copyright © 2006, Editura For You

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

WEISS, BRIAN L.

Același suflet, multe trupuri : descoperiți puterea vindecătoare a vieților, prin
intermediul hipnozei progresive/Brian L. Weiss -

București : For You, 2006

ISBN (10) 973-7978-51-X; ISBN (13) 978-973-7978-51-6

159.961

615.851

Toate drepturile asupra versiunii în limba română aparțin
Editurii For You. Reproducerea integrală sau parțială, sub orice formă,
a textului din această carte este posibilă numai cu acordul prealabil al
Editurii For You.

Tel./fax. 021/6656223; 0314286724,
mobile phone 0724212695;
e-mail: foryou@editura-foryou.ro;
editura_foryou@yahoo.com;
website: <http://www.editura-foryou.ro>

Printed in Romania ISBN (10) 973-7978-51-X;
ISBN (13) 978-973-7978-51-6

Dr. BRIAN L. WEISS M.D.

ACELAȘI SUFLET, MULTE TRUPURI

Descoperiți puterea vindecătoare
a vieților viitoare,
prin intermediul hipnozei progresive

Traducere
LAURA CRISTIANA

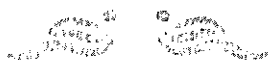
Editura For You

NOTA AUTORULUI

In această carte, numele și celelalte informații privind identitatea personajelor – ocupații sau profesii, repere geografice (orașe, străzi) etc. – au fost modificate. În afara acestor modificări, ședințele sunt reproduse conform desfășurării lor.

Veți descoperi, fără îndoială, unele anacronisme în dialog, după cum le-au observat și anumiți critici ai lucrărilor mele anterioare. În cartea *Multe vieți, mulți maeștri*, de exemplu, datarea „î. Ch.” pe care o menționează Catherine este, pentru ei, un motiv de a-i invalida povestirea, dar această „dovadă de fals” a scepticilor este aurul proștilor.

Acest lucru se poate explica simplu, prin faptul că toate amintirile pacienților mei sunt filtrate de mintea lor actuală. Ei sunt conștienți de ziua de astăzi, deși amintirile lor vin din trecut și – în această carte – din viitor.






Există unul și același suflet, în mai multe corpuri

Plotinus



PREFATĂ

 e curând, am fost într-un loc în care, până acum, am fost doar în mod excepțional: în viitor.

Când Catherine a venit la mine ca pacient, acum douăzeci și patru de ani, și-a amintit cu o precizie uluitoare călătoriile din viețile sale anterioare – deși perioada scursă între ele era foarte mare, respectiv mileniul al doilea î.Ch. și mijlocul secolului al XX-lea – lucru ce mi-a schimbat viața pentru totdeauna. Mi-am zis, iată o femeie care povestește despre experiențe și face descrieri ale unor epoci de mult trecute, pe care nu ar fi putut să le cunoască în această viață, iar eu – psihiatru pregătit la Yale și Columbia și *om de știință* – ca și alții, de altfel, putem să le validăm. Nimic din „știința” mea nu putea să explice asta. Știam doar că pacienta mea povestea ceea ce a văzut și a simțit efectiv.

Pe măsură ce tratamentul lui Catherine avansa, ea venea în-
apoi cu lecții primite de la Maeștri – ghizi imateriali sau spirite ce posedă o mare înțelepciune – care o înconjurau, în timp ce ea era detașată de corp. Această înțelepciune m-a informat și mi-a guvernat comportamentul, de atunci încolo. Catherine putea să meargă atât de mult în trecut, încât, ascultând-o, aveam o senzație de magie și mister. Era vorba despre tărâmurile despre care nu știam că există. Eram entuziasmat, uimit – și înfricoșat. Cine oare mă va crede? Oare credeam eu însumi? Eram nebun?

Mă simțeam ca un băiețel ce cunoaște un secret care, odată dezvăluit, va schimba pentru totdeauna modul în care privim viața. Totuși, simțeam că nimeni nu va asculta. Mi-au trebuit patru ani să-mi fac curaj pentru a scrie despre călătoriile Catherinei și ale mele, în cartea *Multe vieți, mulți maeștri*.

Mi-era teamă că voi fi exclus din comunitatea psihiatrică, dar eram din ce în ce mai sigur că ceea ce scriam era adevărat.

În anii ce au urmat, certitudinea mi s-a întărit și mulți alții – pacienți și terapeuți – au confirmat adevărul celor descoperite de mine. Până în acest moment, am ajutat mai mult de patru sute de pacienți, aducându-i înapoi în viețile lor anterioare cu ajutorul hipnozei, astfel încât șocul *faptului* că reîncarnarea există, ca și fascinația descoperirii s-au atenuat. Dar acum, șocul a revenit și sunt reînsuflețit de implicații. Acum pot să-i duc pe pacienții mei în viitor – și să-l văd, odată cu ei.

De fapt, odată am încercat să o duc pe Catherine în viitor, dar ea nu a vorbit despre viitorul ei, ci despre al meu, văzând foarte clar momentul morții mele. A fost un lucru cel puțin tulburător! „Când îți vei duce sarcinile la bun sfârșit, viața ta se va termina”, mi-a spus ea „dar mai este mult timp până atunci. Mult timp.” Apoi a trecut la un alt nivel și nu am mai aflat nimic.

Câteva luni mai târziu, am întrebat-o dacă am putea merge din nou în viitor. Vorbeam direct atât cu Maeștrii cât și cu subconștientul Catherinei, iar aceștia au răspuns în locul ei: *Nu este permis*. Poate că viitorul ar fi speriat-o prea mult.

Sau poate că momentul nu era potrivit. Eram tânăr și probabil că nu m-aș fi putut descurca la fel de bine ca acum, cu pericolele speciale pe care le presupune progresia în viitor.

În primul rând, progresia în viitor este mult mai dificilă pentru un terapeut decât regresia – deoarece viitorul nu s-a întâmplat încă. Dar dacă pacientul trăiește o fantezie și nu o stare de fapt? Cum o putem valida? Nu putem. Știm că, atunci când mergem în viețile trecute, evenimentele s-au desfășurat deja și, în multe cazuri, ele pot fi dovedite. Dar să presupunem că o femeie adultă vede că lumea va fi distrusă în douăzeci de ani. „Nu am de gând să aduc un copil pe lume”, se gândește ea. „El va muri curând.” Cine poate să spună că viziunea ei este reală? Că decizia ei a fost logică? Ar trebui ca ea să fie o persoană foarte matură, ca să înțeleagă că ceea ce a văzut poate fi distorsiune, fantezie, metaforă, simbolism, viitorul ca atare – sau poate o combinație a tuturor acestora.

Și dacă persoana își vede moartea peste doi ani – o moarte provocată, să spunem, de un șofer beat? Va intra în panică? Nu va mai conduce niciodată? Viziunea va provoca atacuri de anxietate? Nu, mi-am spus. Nu aceasta este calea. Mă îngrijora posibilitatea de autosugestionare, ca și persoanele labile psihic. Riscurile de a mă baza pe iluzii erau prea mari.

Totuși, în cei douăzeci și patru de ani cât Catherine mi-a fost pacientă, au fost și alți câțiva care au mers, în mod spontan, în viitor – adesea către sfârșitul perioadei lor de terapie. Dacă aveam încredere în capacitatea lor de a înțelege că scenele la care asistă ar putea fi o fantezie, îi încurajam să continue. Le spuneam: „Este vorba despre evoluție și experiență și asta vă ajută acum să luați decizii potrivite și înțelepte. Dar vom evita orice amintiri (da, amintiri din viitor!), viziuni, sau scene legate de moarte sau boli grave. Singurul scop este acela de a învăța“. Iar mintea lor se conforma.

Valoarea terapeutică a fost considerabilă. Am aflat că acești oameni luau decizii mai înțelepte și făceau alegeri mai bune. Ei erau capabili să se uite la o răscruce de drumuri din viitorul lor apropiat și să spună: „Dacă merg pe calea aceasta, ce se va întâmpla? Ar fi mai bine să merg pe cealaltă?“

Și, uneori, viitorul pe care-l vedeau devenea realitate.

Unele persoane care vin la mine descriu evenimente premonitorii: a ști ce se va întâmpla, înainte de a se întâmpla. Cercetătorii care se ocupă de cazurile de moarte clinică scriu despre asta; este un concept care se cunoaște încă din vremurile prebiblice. Gândiți-vă la Cassandra, care putea să prevadă viitorul cu exactitate, dar care nu a fost crezută niciodată.

Experiența uneia dintre pacientele mele demonstrează puterea și pericolele precogniției. Ea a început să aibă vise despre viitor și, deseori, ceea ce visa, se întâmpla. Visul care a grăbit venirea ei la mine îl arăta pe fiul ei într-un accident groaznic de mașină. Era „real“, mi-a spus. L-a văzut clar și a intrat în panică, la gândul că fiul ei va muri în acest fel. Totuși, bărbatul din vis avea părul alb, pe când fiul ei era brunet și avea douăzeci și cinci de ani.

„Ascultă”, i-am spus, simțindu-mă brusc inspirat, gândindu-mă la Catherine și fiind convins că sfatul meu era bun, „Știu că multe dintre visele tale au devenit realitate, dar asta nu înseamnă că și acesta va deveni. Există spirite – fie că le numești îngeri, gardieni, ghizi, sau Dumnezeu, o energie, o conștiință superioară în jurul nostru. Iar ele pot interveni. În termeni religioși, asta se numește Grație Divină. Roagă-te, trimite lumină, fă tot ce poți în felul tău propriu.”

Ea mi-a luat cuvintele ad litteram și s-a rugat, a meditat, și-a dorit să nu se întâmple astfel și a revizualizat totul. Totuși, accidentul a avut loc. Doar că nu a fost unul fatal. Nu fusese nevoie să intre în panică. Este adevărat, fiul ei a fost lovit la cap, dar nu a fost ceva grav. Oricum, a fost un eveniment traumatizant pentru el: Când doctorii i-au scos bandajul de la cap, au văzut că părul lui devenise alb.



Până acum câteva luni, în acele rare ocazii când reușeam să-mi trimit pacienții în viitor, asta se întâmpla de obicei în propriile lor vieți. Făceam progresii doar atunci când consideram că pacientul era suficient de puternic din punct de vedere psihologic, pentru a le face față. De cele mai multe ori, eram la fel de nesigur ca și ei, privind semnificația scenelor pe care le vedeau.

Primăvara trecută, am ținut o serie de conferințe pe un vas de croazieră. În astfel de sesiuni, eu deseori îmi hipnotizez în masă ascultătorii, apoi îi conduc într-o viață anterioară și îi aduc înapoi în prezent. Unii merg înapoi în trecut, unii adorm, alții rămân acolo unde se află, fără a fi hipnotizați. De data aceasta, unul dintre spectatori – Walter, un om bogat care este un geniu în industria de software – s-a dus în viitor, de unul singur. Și nu s-a dus în propria lui viață, ci a sărit în viitor cu un mileniu!

A ieșit din nori întunecați și a descoperit că se afla într-o lume diferită. Unele zone – cum ar fi Orientul Mijlociu și Africa de nord – erau „inaccesibile”, poate din cauza stricăciunilor provocate de radiații, poate din cauza unei epidemii, dar restul lumii era minunat. Erau mult mai puțini locuitori, din cauza unei catastrofe nucleare, sau a unei epidemii, sau a scăderii natalității. El a rămas la țară, astfel încât nu a putut să vorbească despre orașe, dar oamenii erau

mulțumiți, fericiți, chiar într-o stare de beatitudine. A spus că nu găsea cuvinte potrivite pentru a descrie starea lor. Ceea ce fusese cauza scăderii numărului populației se întâmplase cu mult timp în urmă. Ceea ce vedea era idilic.

Nu era sigur în privința datei, dar era sigur că trecuseră deja mai mult de o mie de ani față de perioada actuală.

Experiența l-a ajutat din punct de vedere emoțional. Era suficient de bogat pentru a visa la schimbarea lumii, dar acum și-a dat seama că nici un om nu putea face asta. Sunt prea mulți politicieni, spunea el, care nu sunt deschiși față de conceptele de caritate sau de responsabilitate globală. Cele mai importante erau intenția de a face lumea un loc mai bun și actele de generozitate pe care le putea face el personal. Când s-a reîntors la această viață, s-a simțit puțin trist, poate pentru că nu mai era în acel viitor idilic.

Sau poate suferea din cauza calamității ce urma să aibă loc, întrucât, la un anumit nivel, simțea caracterul ei inevitabil – așa cum facem cei mai mulți dintre noi.

Când s-a trezit, a făcut o descriere vie, puternic evocatoare a scenelor, a sentimentelor și senzațiilor pe care le-a avut. Acesta este unul dintre motivele pentru care cred că asta nu este doar imaginație. Totuși, entuziasmul lui nu era nici pe departe la fel de mare ca al meu, deoarece, în sfârșit, am văzut implicațiile. Învățasem că trecutul, prezentul și viitorul sunt una și că ceea ce se întâmplă în viitor – ca și în trecut – poate influența prezentul. În noaptea aceea am scris: „Putem merge în viitor, dacă o facem cu înțelepciune. Viitorul, fie el apropiat sau îndepărtat, ne poate fi ghid. Viitorul ne poate arăta efectele, pentru a ne influența să facem alegeri și să luăm decizii mai bune în prezent. Putem schimba ceea ce facem acum, pe baza informațiilor primite din viitor. Și acest lucru îi imprimă viitorului o direcție absolut pozitivă.”

Gândiți-vă ce înseamnă asta! La fel cum am trăit nenumărate vieți anterioare, tot așa vom trăi și vieți viitoare nenumărate. Folosindu-ne de ceea ce a fost și de ceea ce va urma, am putea eventual să-i dăm formă viitorului lumii și viitorului nostru. Asta seamănă cu conceptul străvechi al karmei: Ce sameni, aia culegi. Dacă plan-

tezi semințe mai bune, ai grijă de culturi și acționezi mai bine – atunci ceea ce vei recolta în viitor îți va răsplăti eforturile.

De atunci, am făcut progrese cu mulți alții. Unii au mers în propriile lor vieți viitoare, unii în viitorul global. Literatura științifico-fantastică, dorința de a-ți împlini visele, imaginația – toate acestea ar putea să explice ce au văzut – dar la fel de probabilă este și varianta că ei au fost efectiv acolo. Poate lecția supremă pe care pot să o învăț în această viață este ce ne rezervă viitorul și cum noi toți putem să-l influențăm. Această cunoaștere, cel puțin atât cât știu acum, va nuanța viețile mele viitoare, ca și pe ale voastre – în drumul nostru spre nemurire.

Viitorul se naște din trecut. Aproape toți pacienții mei merg în viețile lor anterioare înainte de a merge în cele viitoare. Acest traseu netezește calea pentru o mai mare înțelegere și le permite să facă alegeri înțelepte în prezent.

Faptul că viitorul este flexibil și că noi vom fi *prezenți* în acel viitor sunt conceptele discutate în această carte. Compasiunea, empatia, nonviolența, răbdarea și spiritualitatea sunt lecții de viață pe care toți trebuie să le învățăm.

În această carte, vă voi arăta de ce ele sunt esențiale, prin exemplul unora dintre cei mai deosebiți pacienți ai mei – și de asemenea, voi include câteva exerciții simple, pentru a începe să învățați cum să le introduceți în această viață. Unii dintre voi ar putea să aibă efectiv acces la vieți trecute, dar nu fiți dezamăgiți dacă nu se va întâmpla astfel. Dacă vă însușiți lecțiile, această viață și următoarele vor fi mai fericite, mai ușoare, mai bogate emoțional și mai împlinite. Și mai mult, dacă le vom învăța cu toții, însuși viitorul va fi mai bun pentru noi în plan colectiv – deoarece, în mod conștient sau nu, toți ne străduim să atingem țelul suprem, care este iubirea.



CAPITOLUL I

NEMURIREA

I oți suntem nemuritori.

Nu mă refer doar la simpla transmitere a genelor, credințelor, particularităților și a „felului nostru de a fi” copiilor noștri – iar ei, la rândul lor, copiilor lor, așa cum se întâmplă, de altfel, în realitate. Nici nu mă refer la faptul că realizările noastre – lucrările de artă, noua manieră de a face pantofi, ideea revoluționară, rețeta de plăcintă cu afine – trăiesc și după dispariția noastră, deși cu siguranță că așa este. Mă refer la faptul că cea mai importantă parte din noi, sufletul, este nemuritor.

Sigmund Freud a descris mintea ca funcționând pe diferite niveluri. Printre acestea se numără și ceea ce el a denumit mintea inconștientă, de care nu suntem conștienți, prin definiție, dar care stochează toate experiențele noastre și ne impulsionează să acționăm, să gândim, să reacționăm, să simțim. Doar prin accesarea inconștientului, a observat el, putem să aflăm cine suntem și, cu ajutorul acestei cunoașteri, să ne vindecăm. Unii au fost de părere că acesta este sufletul – ceea ce Freud numea inconștient. Iar prin munca mea în care aplic hipnoza regresivă – și mai târziu cea progresivă – cu ajutorul căreia oamenii au acces la vieți trecute și viitoare, astfel încât ei să se poată vindeca mai ușor pe ei înșiși, observ același lucru: activitatea sufletului nemuritor.

Cred că fiecare dintre noi are un suflet care există după moartea corpului fizic și care revine, iar și iar, în alte corpuri, într-un efort progresiv de a ajunge într-un plan superior. (Una dintre întrebările care se pune cel mai des este: „De unde vin sufletele, atâta vreme cât acum există mult mai mulți oameni decât la începuturile lumii?” Am pus această întrebare multor pacienți, iar răspunsul este

întotdeauna același: Acesta nu este singurul loc unde sunt suflete. Există multe dimensiuni, multe niveluri diferite de conștiință unde există suflete. De ce credem că acesta este singurul loc? Energia nu cunoaște limite. Aceasta este o școală ca multe altele. De asemenea, câțiva pacienți mi-au spus că sufletele se pot diviza și pot avea experiențe simultane.) Nu există nici o dovadă empirică a acestui lucru; sufletul nu are ADN – cel puțin nu unul fizic, ca cel descris de către oamenii de știință James Watson și Francis Crick, laureați ai premiului Nobel. Dar povestirile ce dovedesc asta sunt copleșitoare și, în ceea ce mă privește pe mine, sunt în mod clar inatacabile. Am observat asta aproape în fiecare zi, de când Catherine m-a luat cu ea în vremuri trecute extrem de diferite, cum ar fi Arabia anului 1863 î. Ch. și Spania anului 1756 d. Ch.

De exemplu, există Elizabeth și Pedro (în cartea *Doar iubirea este reală*), iubiți din vieți anterioare, care sunt din nou împreună acum; Linda (în cartea *Prin timp, spre vindecare*), ghilotinată în Scoția, căsătorită în Italia, secole mai târziu, cu bunicul ei din viața actuală – și, mai târziu, îmbătrânind în Olanda, înconjurată de familia ei numeroasă și iubitoare; Dan, Laura și Hope (în cartea *Mesaje de la Maeștri*); și încă alte patru sute de persoane – despre unii am scris, despre cei mai mulți dintre ei nu – ale căror suflete au călătorit prin vieți trecute, purtând partea nemuritoare din ei, până în prezent. (Unii dintre acești pacienți puteau vorbi, în viețile lor trecute, limbi străine pe care nu le studiaseră niciodată în această viață – fenomen numit xenoglosie și care este o „dovadă” extraordinară că cele relatate sunt adevărate.)

Când pacienții mei și-au amintit de viețile lor anterioare, traumele care îi făcuseră să vină inițial la mine au fost alinate, iar în unele cazuri chiar vindecate. Acesta este unul dintre principalele scopuri ale sufletului: să avanseze spre vindecare.

Dacă aș fi fost singurul care să observe astfel de cazuri, ați fi putut spune că am căzut pradă unei halucinații, sau că mi-am pierdut mințile – dar, de mii de ani încoace, budiștii și hindușii menționează cazuri de vieți trecute.

Reîncarnarea era cuprinsă în Noul Testament până în vremea împăratului Constantin, când romanii au cenzurat-o.

Iisus însuși se poate să fi crezut în ea, deoarece El i-a întrebat pe apostoli dacă l-au recunoscut în Ioan Botezătorul, pe Ilie reîntrupat. Ilie trăise cu nouă sute de ani înainte de Ioan. Este o doctrină fundamentală a misticismului ebraic, iar în unele secte a fost învățătura de bază, până la începutul secolului al IX-lea.

Sute de alți terapeuți au înregistrat pe suport magnetic mii de regresii în vieți trecute și multe dintre experiențele pacienților lor au fost verificate. Eu însumi am verificat detalii specifice și evenimente înregistrate în amintirile pe care Catherine și alții le-au avut despre vieți trecute – detalii precise și evenimente imposibil de pus pe seama unor amintiri false, sau a fanteziei. Nu mă mai îndoiesc că reîncarnarea nu ar fi reală. Sufletele noastre au mai trăit și vor trăi din nou. Asta este nemurirea noastră.



Cu puțin înainte de a muri, sufletul nostru – acea parte din noi care știe când va părăsi corpul – se oprește pentru o clipă, plutind. În această stare, el poate vedea culori, auzi voci și face o trecere în revistă a vieții care tocmai s-a încheiat. Acest fenomen se numește experiență extracorporală și a fost confirmată de mii de ori, în special de cercetările realizate de Elizabeth Kûbler-Ross și Raymond Moody. Fiecare dintre noi trece prin asta în momentul morții, dar numai câțiva s-au întors la viață și au povestit despre această experiență.

Mi s-a relatat și mie un caz (l-am menționat pe scurt în *Doar iubirea este reală*) – nu direct de către pacientă, ci de cardiologul ei de la Centrul Medical Mount Sinai din Miami, un om de știință foarte bine pregătit profesional și foarte ancorat în realitate. Pacienta, o doamnă diabetică în etate, a fost internată pentru câteva analize. Pe durata spitalizării, a suferit un infarct (inima s-a oprit) și a intrat în comă. Doctorii aveau puține speranțe. Totuși, au acționat intens asupra ei și l-au chemat pe cardiolog în ajutor. El a venit în fugă la secția de terapie intensivă și, în graba lui, și-a scăpat stiloul de aur, de un model mai deosebit, care s-a rostogolit prin încăpere,

până a ajuns sub o fereastră. În timpul unei scurte pauze în procesul de resuscitare, el l-a recuperat.

În timp ce echipa acționa asupra ei – a relatat mai târziu femeia – ea a plutit în afara corpului și a urmărit întreaga procedură, dintr-un punct situat deasupra patului pe care se afla, lângă fereastră. A urmărit totul cu mare atenție, deoarece ea era cea asupra căreia medicii acționau. Dorea să le vorbească, să-i asigure că era bine și că nu trebuiau să acționeze atât de frenetic asupra ei, dar știa că nu o puteau auzi. Atunci când a încercat să-l bată pe cardiolog pe umăr, pentru a-i spune că era bine, mâna ei a trecut prin el, iar acesta nu a simțit nimic. Putea vedea tot ceea se întâmpla în jurul corpului ei și auzi fiecare cuvânt rostit de doctori – și totuși, spre disperarea ei, nimeni nu o auzea.

Eforturile doctorilor au fost încununate de succes. Femeia a revenit la viață.

„Am urmărit întregul proces“, i-a spus ea cardiologului.

El era uluit. „Nu se poate. Erai inconștientă. Erai în comă!“

„Ai scăpat pe jos un stilou frumos“, a spus. „Probabil este foarte valoros.“

„L-ai văzut?“

„Tocmai ți-am spus că da“, și a continuat, descriind stiloul, hainele pe care le purtau doctorii și asistentele, în ce ordine au intrat și au ieșit de la terapie intensivă și ce a făcut fiecare – lucruri pe care nu le-ar fi putut cunoaște cineva care nu fusese prezent.

Cardiologul era încă șocat, atunci când mi-a povestit cele întâmplate, câteva zile mai târziu. El a confirmat că tot ceea ce relatase și descrisese femeia era conform cu realitatea. Totuși, fără îndoială, ea nu era conștientă; mai mult, orbise cu mai mult de cinci ani în urmă! Sufletul ei posedă capacitatea de a vedea, nu corpul.

De atunci, cardiologul mi-a mai povestit despre pacienți aflați pe patul de moarte, care vedeau oameni cunoscuți, trecuți de mult în neființă, care-i așteptau să-i ducă dincolo. Aceștia erau pacienți care nu urmau vreun tratament medicamentos și, prin urmare, erau lucizi. Unul a relatat cum bunica lui aștepta răbdătoare, așezată pe un scaun în camera de spital, să-i sosească sfârșitul. O alta era vizi-

tată de copilul ei care murise de mic. Cardiologul a observat că acești pacienți priveau moartea cu calm și seninătate. S-a obișnuit să spună pacienților: „Sunt foarte interesat de ceea ce simți și de ceea ce ți se întâmplă. Indiferent cât de ciudat sau straniu ți s-ar părea, poți vorbi deschis cu mine.” Atunci când o făceau, frica lor de moarte scădea.

Cel mai adesea, cei care sunt resuscitați spun că văd o lumină – de obicei aurie, îndepărtată, ca și când ar fi la capătul unui tunel.

Andrea, reporter de știri la o rețea de televiziune importantă, mi-a permis să o hipnotizez și a descris viața ei de femeie, la o fermă situată în Marile Câmpii, în secolul al IX-lea. La sfârșitul lungii ei vieții, a plutit deasupra trupului ei, urmărindu-l de departe. Apoi, a simțit cum este atrasă către o lumină – în cazul ei, de culoare albastră, distanțându-se din ce în ce mai mult de corp și îndreptându-se spre o nouă viață, încă neclară. Aceasta este o experiență obișnuită, aproape clasică, de moarte clinică, doar că Andrea povestea despre cineva dintr-o viață trecută – despre ea însăși – care murise cu mai mult de o sută de ani în urmă.



Unde se duce sufletul, după ce părăsește corpul? Nu sunt sigur. S-ar putea să nu existe cuvânt pentru acest loc. Eu îl numesc o altă dimensiune, un nivel sau o stare superioară de conștiință. Cu siguranță că sufletul există în afara corpului exterior și face legătura nu numai cu viețile trecute ale persoanei care tocmai a plecat, dar și cu toate celelalte suflete. Noi murim din punct de vedere fizic, dar această parte din noi este indestructibilă și nemuritoare.

Sufletul este etern. În final, există probabil un singur suflet, o singură energie. Mulți îl numesc Dumnezeu; în timp ce alții îl numesc iubire; în fond, numele nu contează.

Eu văd sufletul ca pe un corp de energie care se unește cu energia universală – apoi se divide din nou, intact, când revine la o nouă viață. Înainte de a se contopi cu Unicul, privește corpul pe care l-a părăsit și realizează ceea ce eu numesc o trecere în revistă, o analiză a vieții ce tocmai s-a încheiat. Această trecere în revistă

este făcută cu o blândețe și o atenție plină de iubire, nu cu scopul de a pedepsi, ci cu acela de a învăța.

Sufletul vostru își înregistrează experiențele. Acum, după ce a părăsit corpul, el simte într-un mod mult mai intens, aprecierea și recunoștința tuturor celor pe care i-ați ajutat și i-ați iubit. În mod similar, el simte la fel de intens durerea, mânia și deznădejdea tuturor celor pe care i-ați rănit sau trădat. Astfel, sufletul învață să nu facă lucruri dăunătoare, ci să dea dovadă de compasiune.

Odată ce sufletul termină această trecere în revistă, el pare să se îndepărteze de corp – deseori descoperind lumina minunată pe care a văzut-o strămoșul lui Andrea, deși acest lucru se poate să nu se întâmple imediat. Nu contează, lumina este întotdeauna acolo. Uneori, mai apar și alte suflete în jur – le-ați putea spune maeștri sau ghizi – care sunt foarte înțelepți și vă ajută sufletul în drumul lui către Unicul. La un anumit nivel, sufletul vostru se contopește cu lumina, dar își păstrează, totuși, conștiința sa individuală, astfel încât să poată învăța în partea cealaltă. Este o contopire simultană cu o lumină mai mare (la capătul călătoriei nemuritoare, contopirea va fi completă), însoțită de sentimente de extaz și bucurie indescrivibile și de conștiința că rămâne individualizat și că mai are încă lecții de învățat – atât pe Pământ, cât și de cealaltă parte. În final – timpul diferă – sufletul hotărăște să revină într-un alt corp și, când se reîntrepează, senzația de contopire se pierde. Unii cred că apare o tristețe profundă, odată cu separarea de această măreție, acest extaz al contopirii dintre energie și lumină – și poate că așa și este.

În prezent, pe Pământ, noi suntem indivizi separați, dar individualizarea este o iluzie caracteristică acestui plan, a acestei dimensiuni, a acestei planete. Da, suntem aici, la fel de reali și de solizi ca și scaunul pe care probabil stați în timp ce citiți. Dar oamenii de știință știu că un scaun este făcut doar din atomi, molecule, energie; este un scaun și este și energie.

Suntem oameni, finiți, dar suntem și nemuritori.

Cred că la nivelul cel mai înalt, toate sufletele sunt conectate. Ideea că suntem individualizați, separați, este iluzia noastră, sau marea amăgire. Chiar dacă se referă la planul fizic, noi suntem tot co-

nectați la toate celelalte suflete. Prin urmare, într-o sferă diferită, noi suntem cu toții unul. În această lume, corpurile noastre sunt dense și grele din punct de vedere fizic și suferă de boli.

Dar cred că, în planurile superioare, nu există boli fizice. În planurile și mai înalte nu există nimic fizic – ci doar conștiință pură. Și dincolo de asta – mult dincolo și de asta – pe tărmuri pe care înțelegerea noastră nu le poate cuprinde și unde toate sufletele sunt Una, nu există nici măcar timp.

Asta înseamnă că viețile trecute, prezente și viitoare s-ar putea desfășura simultan.



Sunt medic și psihiatru, iar vindecarea este pasiunea vieții mele. Cred că fiecare dintre noi suntem, instinctiv, impulsionați către vindecare și creștere spirituală, către înțelegere și compasiune, către evoluție. Cred că noi progresăm din punct de vedere spiritual – și nu regresăm. Inconștientul (sau subconștientul, sau supraconștientul, sau sufletul) este prevăzut cu un mecanism care-l dirijează pe o cale pozitivă de evoluție spirituală. Cu alte cuvinte, sufletul *evoluează către sănătate, absolut tot timpul*. La un nivel superior, timpul se măsoară în lecții învățate, deși pe Pământ aceasta are o desfășurare cronologică. Trăim atât în dimensiunea timpului, cât și în afara ei. Viețile noastre trecute și viitoare converg în prezent și, dacă ele ne pot călăuzi către vindecare acum – astfel încât viețile noastre actuale să fie mai sănătoase și mai împlinite spiritual – vom progresa.

Se formează o buclă ce pleacă din viața actuală către cele viitoare și de acolo primim informații referitoare la consecințele faptelor noastre de acum, în încercarea de a ne face să ne îmbunătățim viețile viitoare, chiar în timp ce o trăim pe aceasta.

Cred că mulți dintre noi își petrec prea mult timp gândindu-se la posibilele niveluri superioare de înțelegere. Această chestiune reprezintă un subiect fascinant, dar scopul nostru aici este de a ne vindeca, atâta timp cât suntem în lumea fizică. Văd foarte mulți oameni, în special adepți ai curentului New Age, care nu sunt bine ancorați în această lume – nu sunt prezenți aici și acum. Progresul în domenii cum ar fi contemplarea și meditația este important, dar

cei care-și petrec viețile în izolare ar trebui să înțeleagă că suntem o specie socială și că cei care nu beneficiază de bucuriile planului fizic, de plăcerile oferite de simțuri, nu învață lecția completă pe care o presupune această viață.

După cum am spus, până de curând am practicat doar hipnoza regresivă, pentru ca pacienții să-și vadă și să-și înțeleagă viețile anterioare. Acum am început să aplic hipnoza progresivă. Dar, chiar și dacă studiem doar viețile noastre anterioare, putem observa cum am evoluat de-a lungul lor. Toate viețile noastre reprezintă o ocazie de a învăța și, în cazul în care, după ce ne vedem viețile anterioare căpătăm mai multă înțelepciune, atunci, cu ajutorul liberului arbitru – adică, liberul arbitru conștient și liberul arbitru al sufletului – ne putem influența prezentul.



Sufletele noastre ne aleg părinții, deoarece tendința noastră este de a continua procesul de învățare, pentru a putea înainta către vindecare. Alegem ce urmează să facem în actuala viață, exact din același motiv. Nu alegem părinți abuzivi, deoarece nimeni nu dorește un tratament abuziv. Totuși, unii părinți devin abuzivi (este liberul lor arbitru) și într-o viață ulterioară – sau poate chiar în aceasta – ei vor învăța lecția compasiunii și vor înceta să se mai comporte abuziv.

Eu am ales să revin ca fiul lui Alvin și al lui Dorothy Weiss și să devin psihiatru. În viața anterioară am fost luptător în grupările de rezistență din Cehoslovacia și am fost omorât în 1942, sau 1943. Poate că modul în care am murit m-a făcut să studiez acum nemurirea; poate dorința mea de a studia și preda a fost un rest dintr-o viață anterioară, când eram preot în străvechea Babilonie. Oricum, am ales să revin ca Brian Weiss, pentru a învăța cât mai mult și pentru a împărtăși cunoștințele mele celorlalți, devenind un vindecător. Mi-am ales părinții, pentru că mi-a fost mai ușor să învăț alături de ei. Tatăl meu îi respecta foarte mult pe cei cu studii universitare și dorea să devin doctor. De asemenea, el era interesat de religie și m-a învățat despre iudaism, dar nu m-a forțat.

Astfel, am devenit un rabin laic, un psihiatru.

Mama mea era o persoană iubitoare și nu judeca pe nimeni. Mi-a oferit o senzație de siguranță care, mai târziu, mi-a permis să-mi risc cariera și siguranța financiară, publicând *Multe vieți, mulți maestri*. Nici unul dintre părinți nu era spiritualizat din punct de vedere al mișcării New Age și nici nu credea în reîncarnare. I-am ales, se pare, deoarece mi-au oferit sprijinul și libertatea de a-mi urma calea pe care am ales-o. A mai fost oare cineva implicat în luarea acestei decizii? Mă întreb. Spirite, ghizi, îngeri – toți făcând parte dintr-un singur suflet? Nu știu.

Este adevărat, unele suflete aleg să revină ca Saddam Hussein, altele ca Osama Bin Laden. Cred că ele revin pentru a avea cât mai multe ocazii de a învăța – la fel ca mine și ca tine. Inițial, ele nu au ales să se întoarcă pentru a face rău, pentru a provoca violență și pentru a amplasa bombe care să omoare oameni și să devină teroriști. Ei au venit înapoi pentru a se opune acelui impuls, căruia e posibil să-i fi căzut pradă în vieți trecute.

Ei au venit înapoi pentru un soi de test practic în această școală în care trăim – și l-au picat cu brio.

Toate acestea sunt, bineînțeles, speculații, dar cred că sufletele lor au venit înapoi într-un efort de a găsi alternative la violență, prejudecată și ură. (Sufletul părintelui care a abuzat de copil vine înapoi din același motiv.)

Ei au acumulat bani și putere și au fost puși în fața posibilității de a alege violența sau compasiunea, prejudecățile sau învățătura, ura sau iubirea. De data aceasta, știm ce decizie au luat. Ei vor trebui să revină, să se confrunte cu consecințele faptelor lor, să fie puși din nou în fața acestor alegeri – până ce vor putea să avanseze.

Studentii mă întreabă de ce ar alege cineva să se întoarcă într-o mahala plină de șobolani din Bogota sau Harlem. Călugării budiști pe care i-am întâlnit în anturajul lui Dalai Lama râd de această întrebare, deoarece ei consideră viața ca pe un spectacol de teatru. Omul din mahala este doar un rol; în următoarea viață, același actor va apărea ca prinț. Cred că noi alegem să revenim într-un apartament infestat de șobolani, deoarece trebuie să înțelegem cum este să fii sărac; în alte vieți, vom fi bogați. Trebuie să fim bogați, săraci, bărbat,

femeie, sănătoși, bolnăvicioși, mici, mari, puternici și slabi. Dacă într-o viață sunt bogat și cineva trăiește la fel cum am trăit eu odată, în mahalalele din Bogota, atunci voi fi dispus să ajut acea persoană, deoarece asta va însemna un pas în propria mea evoluție.

Aici acționează două elemente esențiale. În primul rând, nu putem învăța totul într-o singură viață. Asta nu contează, pentru că vor mai urma vieți nenumărate. În al doilea rând, de fiecare dată când ne întoarcem, o facem pentru a fi vindecați.



Viețile noastre reprezintă o suită de trepte pe scara evoluției. Atunci, unde suntem noi, când ajungem pe ultima treaptă?

Probabil la cel mai înalt nivel spiritual, pe care unii îl numesc Paradis, alții Nirvana.

Cred că planeta noastră a fost creată ca un loc în care să poți experimenta emoții, senzații, sentimente și relații. Aici ne putem îndrăgosti și putem simți mari plăceri și bucurii. Putem miroși flori, atinge pielea unui bebeluș, vedea măreția unui peisaj, auzi muzica vântului. Acesta este motivul. Ce școală formidabilă!

În următorii ani, testul cel mai important va fi să ne hotărâm dacă vrem să respectăm această școală sau să o distrugem, atâta vreme cât noua tehnologie ne-a permis să o facem. Nu sunt sigur că liberul nostru arbitru poate face această alegere; s-ar putea să fie vorba despre destinul nostru.

Dacă o minte superioară, Unimea, hotărăște că planeta noastră merită păstrată, atunci ea nu va fi distrusă. Dacă hotărăște că nu – și noi distrugem, într-adevăr, lumea – sufletele noastre vor continua oricum să existe; ele vor găsi o altă școală.

Doar că s-ar putea să nu fie la fel de frumoasă ca lumea noastră – s-ar putea să nu fie la fel de fizică.



Sufletele noastre au aceeași vârstă, care este eternă, dar unele suflete avansează mai repede decât celelalte. Saddam Hussein ar putea fi un elev de clasa a treia, în timp ce Dalai Lama ar putea fi la o școală de studii postuniversitare. La sfârșit, vom absolvi cu toții în Unicul. Viteza cu care progresăm depinde de liberul nostru arbitru.

Liberul arbitru de care vorbesc aici nu este același cu abilitatea sufletului de a-și alege părinții sau situațiile de viață. Mai degrabă, este vorba despre voința umană pe care o controlăm cât timp suntem pe Pământ. Ea este diferită de destin, care adesea ne aduce în cale pe cineva alături de care vom sta la bine sau la rău.

Liberul arbitru ne face să alegem ce anume mâncăm, mașina pe care o cumpărăm, hainele pe care le purtăm, unde ne petrecem vacanțele. Liberul arbitru ne permite să ne alegem și partenerii – deși probabil destinul este cel care îi atrage către noi și pe noi către ei. Am întâlnit-o pe Carole, soția mea, în Munții Catskill; eu eram angajat ca piccolo, iar ea era cazată la hotelul unde lucram. Destin. Traseul relației noastre – ca și traseul a milioane de alte relații – depindea de liberul arbitru. Am hotărât să ne dăm întâlnire și am hotărât să ne căsătorim.

În mod similar, putem hotărî să ne amplificăm capacitatea de a iubi sau de a arăta compasiune celorlalți; putem hotărî să facem acele mici acte de bunătate care ne aduc satisfacție interioară; putem alege în loc de egoism, generozitatea; în loc de prejudecată, respectul. În fiecare aspect al vieții noastre, putem alege să luăm decizii pline de iubire – și astfel, sufletele noastre vor evolua.

Dr. John E. Mack, scriitor laureat al premiului Pulitzer și profesor de psihiatrie la Harvard Medical School, subliniază că:



... asistăm în prezent la o îmbinare a științei, psihologiei și spiritualității, după secole de separare ideologică și disciplinară. Atât fizica modernă, cât și psihologia profundă ne dezvăluie un univers în care ... tot ceea ce putem percepe în jurul nostru este conectat prin rezonanță – atât fizică, cât și nonfizică – lucru ce poate face ca posibilitatea existenței unei justiții universale, a adevărului și iubirii să fie mai mult decât o simplă fantezie utopică.

În centrul acestei posibilități stă ceea ce, în lumea laică occidentală, se numește stări „neobișnuite” de conștiință – dar în marile tradiții religioase ale lumii are denumiri diferite, cum ar fi: sentiment religios primar, unitate mistică, legătura

cu esența ființei, sau iubire universală. În centrul acestor stări de conștiință sau de a fi, este un potențial de extindere a sinelui, dincolo de granițele lui obișnuite.

Eu aș înlocui „sine” cu „suflet” și aș adăuga faptul că granițele depășesc universul măsurabil.



Mi-au trebuit douăzeci și patru de ani pentru a ajunge la ade-vărul simplu ce reprezintă miezul acestei cărți. Suntem nemuritori. Suntem eterni. Sufletele noastre nu vor muri niciodată. Așa stând lucrurile, ar trebui să începem să acționăm ca și când am ști că nemurirea este binecuvântarea noastră. Sau, mai simplu, *ar trebui să ne pregătim pentru nemurire* – aici, acum, astăzi și mâine și în fiecare zi a vieții noastre de acum încolo. Dacă ne pregătim, sufletele noastre vor urca pe scara evoluției, se vor apropia de vindecare și de starea superioară. Dacă nu, vom repeta ciclul vieților noastre actuale – deci, vom merge pe loc – și vom amâna pentru o viață viitoare, învățarea lecției pe care am fi putut să o învățăm în aceasta.

Cum ne pregătim? Cum acționează oamenii nemuritori?

În această viață ne pregătim învățând cum să avem relații mai bune; cum să dăm dovadă de mai multă iubire, mai multă compasiune; cum să fim mai sănătoși din punct de vedere fizic, emoțional și spiritual; cum să-i ajutăm pe alții; cum să ne bucurăm de această viață și totuși, să ne aducem contribuția la evoluția ei, să ajutăm la vindecarea ei. Pentru a ne pregăti pentru nemurire, va trebui să ne reducem la tăcere temerile actuale, să ne simțim mai împăcați cu noi înșine și să creștem din punct de vedere spiritual.


Astfel, în același timp ne vom vindeca și viețile viitoare.

Acum, grație progresiilor în vieți viitoare, pe care le-au trăit pacienții mei și pe care mi le-au relatat, putem vedea rezultatele comportamentului nostru actual – și astfel, îl putem modifica pentru viitor. Dacă putem accelera procesul de vindecare, procesul de evoluție, aceasta este cea mai terapeutică acțiune, cel mai bun lucru pe care-l putem face, nu doar pentru propriile noastre suflete, dar și pentru toate ființele din lume.

Asta am învățat eu de la pacienții mei.

CAPITOLUL 2

GEORGE: CONTROLUL MÂNIEI

ontrolul mâniei este una dintre trăsăturile pe care le putem învăța acum, pentru a evita repetarea violențelor în viețile ce vor veni. Următorul caz este al unui bărbat pe care l-am tratat, înainte de a începe să folosesc hipnoza progresivă pe unii dintre pacienții mei. Dacă ar fi putut vedea ce îl aștepta în anii următori, tratamentul lui ar fi avansat mai rapid.



George Skulnick făcea ce putea el mai bine pentru a se distruge. În ciuda unui infarct și a tensiunii arteriale ridicate, era supraponderal, fuma foarte mult, muncea prea mult, își anula vacanțele în ultimul moment și își folosea necorespunzător tratamentul medicamentos prescris pentru probleme cardiace – fie uitând să le ia, fie, pentru a compensa, luând prea multe o dată. Suferise deja un infarct grav și se pregătea pentru al doilea.

Cardiologul lui, Barbara Tracy, i-a recomandat să mă consulte în problema mâniei lui necontrolate.

„George este un caz dificil”, mă avertizase Barbara. „Fii atent să nu explodeze.”

Și acum se afla în cabinetul meu împreună cu soția lui, o femeie de vreo patruzeci și ceva de ani, care se uita la mine cu ochi rugători.

„Betty va sta în sala de așteptare”, a spus George, „în caz că ai nevoie de ea.”

„Dacă nu vă deranjează”, am spus blând, întorcându-mă spre ea.

„Deloc.“ Mi-a mai aruncat o ultimă privire rugătoare și apoi a ieșit din birou, închizând ușa în urma ei.

George era un bărbat îndesat, solid, puternic, cu brațe masive, o burtă prea mare și picioare surprinzător de subțiri. Fața lui rotundă ca o lună plină era roșie; capilarele crăpaseră în jurul nasului, sugerând o persoană care bea mult. Am apreciat că avea cam șaizeci de ani, deși s-a dovedit că avea doar cincizeci și doi.

„Tu ești doctorul cu reîncarnarea“, a spus el. Era o constatare, nu o întrebare.

„Sunt.“

„Nu cred în prostiile astea.“

Dacă încerca să mă enerveze, nu-i mergea.

„Mulți oameni nu cred.“

„Dr. Tracy a spus că practici ceva ce se numește hipnoză regresivă.“

„Da. Adesea, aceasta îi conduce pe pacienți la vieți anterioare.“

„Aiure ...“ S-a oprit și a ridicat o mână.

„Nu mă înțelege greșit. Sunt de acord cu orice, dacă elimină posibilitatea unui nou infarct.“

De fapt, George îi povestise cândva Barbarei despre un episod de moarte clinică. În timpul acestui infarct, el a simțit cum iese din corp și se înalță către un nor de lumină albastră. În timp ce plutea, a devenit conștient de un gând: Totul urma să fie bine. Asta l-a calmat și a vrut să spună și familiei. Din perspectiva lui avantajoasă, el putea să vadă unde se aflau soția și cei doi copii ai lui. Ei erau extrem de neliniștiți, iar el dorea să-i încurajeze – dar nu a putut. S-a mai uitat odată la corpul lui și când și-a întors iar ochii, ei nu mai erau atenți la el. Era ca și când trecuseră ani de la moartea lui. Acest eveniment l-a convins să vină la mine.

„De ce nu ne-am hotărî ce să facem, după ce aflăm mai multe despre tine“, i-am spus. „Dr. Tracy spune că lucrezi în construcții.“

„Skulnick Contractors. Suntem specializați în construcția de fabrici, depozite și clădiri de birouri. Probabil ai văzut reclamele noastre. Sunt peste tot în Miami.“

Le văzusem, într-adevăr.

„Multă bătaie de cap“, a continuat. „Stres continuu. Dacă nu supraveghezi personal șantierul, cineva cu siguranță o dă în bară.“

„Și ce se întâmplă atunci?“

Ochii lui au fulgerat. „Mă enervez.“

Știam de la Barbara că furia era cel mai mare pericol cu care se confrunta George – era un cuțit îndreptat spre inima lui. „Povestește-mi despre mânie“, i-am spus.

„Îmi pierd controlul. De obicei, țiș. Mă înroșesc la față și simt cum îmi bate inima, de stă să explodeze.“ Respirația își accelerase ritmul, chiar când vorbea. „Vreau să lovesc ceva, pe cineva, să omor pe cineva. Atât de tare mă enervez.“

„Dar atunci când ești cu soția, cu familia?“

„Este la fel de rău – poate chiar mai rău. Uneori, când m-a enervat cineva de la serviciu, beau ceva în drum spre casă și intru în casă căutând motiv de ceartă. Nu este gata cina? Poc! Nu ți-ai făcut tema? Troscl!“

Și-a coborât capul în palme. „Sunt îngroziți de mine. Nu-i lovesc în realitate, bineînțeles. Dar s-ar putea să vină o vreme ...“

„Înțeleg.“

Poate am putea descoperi de unde vine această furie.“

Și-a ridicat capul. „Tatăl meu, cred. Și el țipa și mai era și mare amator de băuturi alcoolice.“

„Asta ar putea explica mânia“, i-am spus, „dar poate că mai e ceva“.

„Ceva ce s-a întâmplat într-o viață anterioară?“

Am ridicat din umeri. „E posibil.“

„Și crezi că hipnoza regresivă va ajuta?“

„Da, cred că este important pentru tine, deși aș putea să te ajut și prin intermediul psihoterapiei tradiționale. S-ar putea să o preferi. Faptul că ai suferit un episod de moarte clinică mă face să mă gândesc că s-ar putea să-ți fie ușor să mergi în vieți anterioare. Și dacă este ceva neplăcut, sau dureros, sau prea intens, voi ști imediat și ne vom opri.“

A tăcut un moment. Apoi: „Prin hipnoză, nu-i așa?“

„Da.“

„Dacă sunt hipnotizat, cum vei ști că doresc să mă opresc?”

„Îmi vei spune.”

„Din fosta mea viață?”

„Exact.”

Puteam vedea un da, sigur! formându-se în capul lui, dar tot ce a spus a fost: „Să începem. Hai să încercăm.”



În cartea *Prin timp, spre vindecare*, am scris următoarele:

Hipnoza este principala tehnică pe care o folosesc pentru a-mi ajuta pacienții să acceseze amintiri ale unor vieți trecute. ... Unul dintre scopurile hipnozei – ca, de altfel, și al meditației – este de a accesa subconștientul. ...

În subconștient, procesele mentale se derulează fără ca noi să le percepem conștient. Avem momente de intuiție, înțelepciune și creativitate, când aceste procese ies pasager la suprafață în conștiința noastră.

Subconștientul nu este limitat de granițele noastre impuse de logică, spațiu și timp. El își poate aminti totul, din orice vreme. ... Poate transcende obșnuitul, pentru a accesa o înțelepciune mult peste capacitățile noastre de zi cu zi.

Hipnoza accesează înțelepciunea subconștientului, concentrându-se pentru a realiza vindecarea. Suntem hipnotizați, ori de câte ori relația obșnuită dintre conștient și subconștient este reconfigurată în așa fel încât subconștientul să joace un rol predominant ...

Când sunteți hipnotizați, *nu sunteți* adormiți.

Mintea voastră conștientă știe în permanență ce vi se întâmplă cât timp sunteți sub hipnoză. În pofida contactului profund cu subconștientul, mintea voastră poate comenta, critica și cenzura. Păstrați tot timpul controlul asupra a ceea ce spuneți. Hipnoza *nu este* un „ser al adevărului”. Nu intrați într-o mașină a timpului – și, brusc, vă vedeți transportați într-un alt timp și loc, fără a fi deloc conștient de prezent ...

S-ar putea să vi se pară că e nevoie de foarte mult talent pentru a ajunge la aceste niveluri profunde de hipnoză.

Totuși, în fiecare zi ajungem la ele cu ușurință, pe măsură ce trecem prin starea dintre veghe și somn, cunoscută drept stare hipnagogică.

Ascultarea vocii călăuzitoare a unei persoane ajută la concentrarea atenției și îl face pe pacient să ajungă într-o stare mai profundă de hipnoză și relaxare. În hipnoză, nu există nimic periculos. Nici o persoană pe care am hipnotizat-o vreodată nu a rămas „blocată” în starea hipnotică. Puteți ieși dintr-o stare hipnotică, oricând doriți. Nimeni nu și-a violat vreodată principiile morale și etice. Nimeni nu a acționat involuntar, ca o găină sau ca o rață. Nimeni nu vă poate controla.

Voi sunteți stăpâni pe situație.

În hipnoză, mintea este permanent conștientă și atentă. Acesta este motivul pentru care persoanele care sunt hipnotizate profund și implicate intens într-o serie de amintiri din copilărie sau dintr-o viață anterioară, sunt capabile să răspundă la întrebările terapeutului, să vorbească limba pe care o vorbesc în viața actuală, să cunoască locurile geografice pe care le văd și chiar anul – lucru ce apare de obicei în treacăt, în fața ochilor interiori, sau, pur și simplu, le apare în minte. Mintea hipnotizată, păstrându-și permanent o conștiență și o cunoaștere a prezentului, pune amintirile din copilărie sau din viața anterioară în contextul potrivit.

Dacă apare anul 1900 și vedeți că participați la construcția unei piramide în Egiptul antic, *știți* că anul este î. Ch., chiar dacă nu vedeți efectiv aceste litere.

De asemenea, acesta este motivul pentru care un pacient hipnotizat, care se vede ca țaran ce luptă într-un război european medieval, de exemplu, poate recunoaște persoane din acea viață din trecut, pe care le cunoaște în viața sa actuală. Acesta este motivul pentru care el poate vorbi engleza modernă, poate compara armele primitive din acea vreme, cu cele pe care se poate să le fi văzut sau utilizat în viața lui, poate oferi date și așa mai departe.

Mintea lui actuală este conștientă, urmărește și comentează. În permanență, el poate să compare detaliile și evenimentele, cu cele din viața sa curentă. El este cel care urmărește filmul, e criticul de film și, de obicei, în același timp este și personajul principal. În tot acest timp, el poate rămâne în starea relaxată, hipnotică.

Hipnoza induce pacientul într-o stare care îi dă un mare potențial de vindecare, oferindu-i acces la subconștient. Metaforic vorbind, îl transpune în pădurea magică în care se găsește pomul vindecării. Dar dacă hipnoza îl duce pe pacient pe acel tărâm vindecător, procesul regresiei este arborele în care cresc acele fructe pe care trebuie să le mănânce pentru a se vindeca.

Terapia prin hipnoză regresivă este actul mental al întoarcerii la o perioadă anterioară, oricare ar fi ea, pentru a accesa acele amintiri care încă mai pot influența negativ viața prezentă a pacientului și care sunt, probabil, sursa simptomelor pacientului. Hipnoza îi permite minții să scurtcircuiteze barierele conștientei, pentru a accesa aceste informații – inclusiv acele bariere care-i împiedică pe pacienți să-și acceseze, în mod conștient, viețile anterioare.



Îl voi însoți pe George în pădure, păstrându-mi rolul de terapeut, fără a-i sugera sau a-l influența în privința fructelor pe care le-ar putea găsi în copac, păstrând o voce calmă și liniștitoare pentru a-i asigura confortul și relaxarea, punând doar acele întrebări care să-i permită să descrie în continuare ceea ce vede, fără să fiu surprins, fără să emit judecăți morale, fără să interpretez, ci doar călăuzindu-l prin situațiile selectate – pe scurt, acționând ca un ghid.

El stătea pe o canapea mică, confortabilă. Îl priveam din scaunul meu. „Relaxează-te“, i-am spus. „Închide ochii ...“

Și am început.

Nici unul dintre noi nu știa ce urma să găsim.

„Sunt hangiu“, mi-a spus, „un hangiu neamț. Stau întins într-un pat dintr-o cameră de la etaj, dormitorul meu. Suntem în Evul Mediu. Sunt bătrân, peste șaptezeci de ani și foarte slăbit, deși nu

demult eram puternic. Mă văd clar. Sunt neîngrijit, am hainele murdare. Sunt bolnav. Brațele mele, odată puternice, sunt acum subțiri. Mușchii spatelui, cu care puteam căra bolovani, s-au atrofiat. De abia mai am putere să stau în picioare.” S-a uitat la mine de la o distanță de șapte secole și și-a aplecat capul. „Nu am inimă.”

Familia lui îl înconjura. „Am fost rău cu toți. Rău cu soția mea. Rău cu copiii mei. I-am neglijat, am băut și am avut aventuri cu alte femei. Dar ei depindeau de mine, nu mă puteau părăsi, deși îi agreșam. Furiile mele erau violente. Le era teamă de mine.”

Cu puțin timp în urmă, suferise o criză sau un infarct – iar acum el era cel dependent de ei. Dar, în pofida abuzurilor și neglijenței sale, ei au avut grijă de el cu compasiune, ba chiar cu iubire. Soția lui de acum îi fusese fiu în trecut, iar fiica lui de acum îi fusese soție în această viață anterioară. (Astfel de permutări sunt ceva obișnuit. Cei care sunt importanți în viața actuală erau importanți și în cele trecute – și rămân cu noi.)

Familia lui l-a îngrijit neobosit și fără să se plângă, deoarece el era prea bolnav și neputincios. În final, corpul lui, distrus de anii în care a consumat băuturi alcoolice în exces, a cedat, iar el a plutit deasupra familiei îndoliate, privindu-i de sus, simțindu-se vinovat că i-a tratat atât de abuziv.

În momentul morții corpului, **entitatea** își analizează viața.

Iar el a spus că vinovăția era sentimentul cel mai intens – vinovăția de a fi trăit o viață în zadar.

„Renunță la vinovăția ta”, i-am spus. „Nu mai ai nevoie de ea. Familia ta este bine, iar vinovăția te ține pe loc.”

Împreună, am cercetat viața lui ca hangiu. Ce lecții putea el să învețe din ea? Era încă sub hipnoză, încă la han, conștient încă de clipa în care a murit. Gândurile lui erau exprimate în propoziții sacadate, dar sentimentele din spatele lor erau clare și pure.

„E o mare prostie să-ți pui viața în pericol și să fii violent”, a spus el. „Corpurile sunt fragile și temporare. Iubirea și compasiunea oferă siguranță. Toate familiile au nevoie de ocrotire și sprijin. Trebuia să-i îngrijesc, la fel cum m-au îngrijit ei pe mine. Cea mai mare putere este puterea iubirii.”

A spus toate acestea, cu forța unei revelații. Când a terminat, părea extenuat, astfel încât l-am adus ușor în prezent și am putut discuta despre ideile lui, despre ce găsisese când s-a dus înapoi în timp. A plecat buimăcit – prima regresie are în mod clar un impact puternic – și a promis că va reveni în săptămâna următoare.

Când a plecat, mi-am notat câteva cuvinte pentru mine: „Pot vedea semințele vieții viitoare plantate aici, în actuala sa viață.

Din nou infarct. Din nou abuz față de familia lui. Tipar similar. Urmează o lecție.”

Așteptam cu nerăbdare revenirea lui George.



Data următoare când l-am hipnotizat, era un soldat în vârstă de șaptesprezece ani, care lupta pentru țara lui, Franța, în timpul primului război mondial. Brațul lui stâng fusese smuls de o explozie și, în momentul în care a avut această experiență, el și-a strâns brațul fizic și a spus că-l doare. Dar durerea a dispărut, deoarece și-a dat seama că murise din cauza rănilor. Din nou, în clipa morții a plutit deasupra corpului și a putut să se vadă într-un alt moment din aceeași viață. Nu se mai comporta ca soldat, ci ca observator detașat de evenimentele pe care le descria. Acum era băiat, avea nu mai mult de zece ani, trăind o viață liniștită de muncitor care trudea din greu, dar stătea cu doi părinți iubitori și o soră mai mică și care-l idolatriza. La fermă erau cai, vaci și găini. Această viață de dinainte de război nu a fost o perioadă plină de evenimente.

Mă întrebam dacă durerea din brațul stâng nu era legată de infarctul pe care-l suferise atât acum, cât și într-o viață anterioară, dar nu puteam fi sigur.

Uneori este ușor să vezi o legătură între viața prezentă și cele trecute – dar, în acest caz, nu primisem date suficiente.

Nu am putut să mă gândesc mult la asta, deoarece, dintr-o dată, a devenit foarte agitat. El făcuse legătura dintre această viață din Franța, cu o alta. (Acest lucru este neobișnuit; în mod normal, o regresie duce la o singură viață, chiar dacă pacientul vede deseori diferite perioade și evenimente din acea viață.) Acum era războinic, mongol sau tătar, trăind în Rusia sau în Mongolia – nu era sigur. Era

aproximativ în urmă cu nouă sute de ani. Extrem de puternic, un călăreț desăvârșit, cutreiera stepele, omorându-și dușmanii și acumulând o mare avere. Oamenii pe care-i omora erau deseori oameni nevinovați – mulți dintre ei țărani care fuseseră înrolați în armată împotriva voinței lor, ca și băiatul din Franța, în care se va reîntrupa ulterior. A omorât sute de oameni în timpul vieții și a murit la bătrânețe, fără nici unul dintre regretele pe care le-a simțit două sute de ani mai târziu, pe când era hangiu în Germania. El nu a suferit. Nu a învățat nici o lecție; acelea vor veni în viețile ulterioare. Procesul de trecere în revistă a vieții de hangiu părea să fie prima ocazie când a simțit remușcări.

Experiența lui ca mongol mi-a demonstrat ceva de care mi-am dat seama recent: nu e neapărat nevoie să învățăm imediat despre consecințele acțiunilor noastre. El va trebui să treacă prin alte vieți violente, înainte să poată simți ce suferință a provocat. Nu puteam fi sigur câte vieți anume; puteam să le număr doar pe cele despre care-mi povestea.

Poate că a fost omorât în primul război mondial, ca răsplată pentru viața sa violentă ca războinic. Poate căința lui pe când era hangiu nu a fost suficientă. Poate că, dacă s-ar fi schimbat înainte de actele lui de violență, nu ar mai fi revenit pentru a fi omorât în Franța. Poate că ar fi dus o viață lungă la fermă. Am discutat toate acestea, atunci când l-am scos din starea de hipnoză. Cred că îmi spunea că dacă n-ar fi fost atât de violent în viețile sale anterioare, n-ar fi atât de violent în viața actuală. El trecuse de la asasinul fără scrupule, la hangiul violent, la soldatul francez – omorât înainte de a avea timp să-și trăiască viața din plin – la omul de afaceri de succes, care mai era încă furios și care avea probleme cardiace grave și hipertensiune.

În acea zi am scris două note: „Valoarea empatiei. El a trebuit să simtă pe pielea lui ceea ce a provocat altora” și „Inima este legată de aceste vieți”. Ce va urma?



De data aceasta era un japonez slab, homosexual, ce trăia la sfârșitul secolului al IX-lea. Mi-a spus că avusese o problemă de inimă; se îndrăgostise de un bărbat cu mult mai tânăr. Nu exista nici

o posibilitate de a câștiga iubirea acestui tânăr, credea el, în afară de a-l seduce, astfel încât a început să-și pună planul în aplicare.

Alcoolul a fost mijlocul folosit. Și-a dus iubitul într-o cameră și l-a îmbătat. Mai mult împotriva voinței tânărului, ei au devenit amănți în seara aceea.

Tânărul se simțea rușinat, stânjenit și umilit.

Homosexualitatea era un lucru dezonorant, interzis în cultura lui; tânărul era chinuit în special de ideea că acceptase avansurile bătrânului. Reacția lui a fost una de furie. A venit la a doua întâlnire cu un cuțit, sau o sabie, pe care a înfipt-o în pieptul bărbatului. George era prea slab și fără forță, pentru a se apăra.

Pacientul meu a murit instantaneu.

În momentul în care și-a trecut viața în revistă, teme cum ar fi ura, mânia, furia impulsivă și alcoolul au fost toate prezente.

George și-a dat seama că ar fi trebuit să aibă mai multă răbdare. Nu trebuia să-l seducă pe tânăr; putea să fi așteptat apariția unui partener disponibil. El nu-și judeca homosexualitatea; păcatul lui era că, atunci când l-a manipulat, a încălcat liberul arbitru al celuiilalt.

Am făcut o legătură mai subtilă cu privire la greutatea lui corporală. Deși avea putere, George era obez – lucru ce amplifică riscul producerii unui nou infarct. Uneori, oamenii se îngrașă și rămân astfel ca o metodă de protecție. Acest lucru este obișnuit la femeile de care s-a abuzat, sau care au fost violate; în mod simbolic, ele încearcă să împiedice repetarea acestei violențe. Obezitatea lui părea să provină din acea viață și din alta – și nu din cea actuală.

Odată ce George a înțeles acest lucru, i-a venit mai ușor să țină un regim de slăbire.

Am scris: „Cicatricea lăsată de viața trecută – poate de la rana de cuțit – înseamnă oare sensibilitate cardiacă în viitor?” Nu puteam fi sigur, dar de multe ori venim înapoi cu răni sau slăbiciuni în acele zone ale corpului care au reprezentat locul unor răni mortale, sau au fost deteriorate într-o viață trecută. În cazul lui George, legătura părea foarte posibilă.

Între timp, George a învățat să pătrundă mult în interior. Părea mișcat de experiențele lui și simțea că îl inspiră.

În 1981, când pacienta mea Catherine se afla într-o stare hipnotică profundă și își amintea lecțiile importante din viațele ei anterioare, a adus mesaje de la „Maeștri”. Acum l-am întrebat pe George, în timp ce se afla într-o stare profundă: „Mai este și altceva? Mai există și alte mesaje pentru tine, alte informații sau învățături de reținut?”

Notam tot ce spunea, ca la o dictare: *„Viața pe Pământ este un dar. Este o școală unde se poate învăța modul în care se manifestă iubirea în dimensiunile fizice, unde există corpuri și emoții.*

Dar școala are multe terenuri de joacă – iar ele trebuie folosite. Viața fizică este menită să aducă plăcere. Acesta este unul dintre motivele pentru care vi s-au dat simțurile. Fiți buni.

Distrați-vă și bucurați-vă. Bucurați-vă de plăcerile simple, dar numeroase, ale vieții, fără a face rău altor ființe sau lucruri, Pământului și întregii naturi.”

După ce a plecat, am scris: „Când George s-a trezit, el știa că aceste mesaje erau foarte importante pentru el, deoarece nu se distra deloc în viața actuală, iar acestea sunt lucruri simple ce stau la baza prezenței noastre aici. Și aici sunt terenuri de joacă. Nu totul înseamnă doar muncă și seriozitate. «Fiți buni» înseamnă să dăm dovadă de compasiune și să avem grijă de tot ce există, la toate nivelurile.”

Când a venit la următoarea ședință, George mi-a povestit un vis miraculos. Îi dispăruseră orice dubii ar fi avut despre terapia regresivă. Era entuziasmat, fremăta. Mesajele pe care le aflase au luat forma unei persoane – o ființă spirituală, scăldată în lumina albastră, pe care o văzuse în timpul primei lui regresii. Persoana din lumina albastră i-a spus că trebuia să se iubească mai mult și că pă-mântenii trebuiau să aibă grijă unii de alții – nu să-și facă rău. Primise instrucțiuni, mi-a spus, deși nu a putut să-mi dea prea multe detalii. Erau instrucțiuni destinate lui personal, știa asta, dar priveau și omenirea la toate nivelurile. El trebuia să-și rafineze comunicarea, să-și explice gândurile și acțiunile, în loc să aibă crize de furie. „Fii mai blând”, a spus spiritul. „Nu le face rău celorlalți.” George mi-a spus că există o ierarhie a spiritelor și că cel care-l vizitase în vis nu

era neapărat situat pe nivelul cel mai înalt. Există alte locuri și alte dimensiuni care sunt chiar mai înalte și care nu aparțin Pământului. Totuși, trebuie să învățăm lecțiile Maeștrilor, deoarece este foarte important să progresăm, a spus el. Deși cele relatate nu erau la fel de concludente, sau de cuprinzătoare, ca și mesajele transmise prin Catherine, am fost mișcat. Din nou era un caz în care pacientul îl conducea pe doctor.



În următoarea regresie a lui George, mai multe conexiuni au devenit evidente. De data aceasta, era o sclavă din sudul Statelor Unite, la începutul secolului al XVIII-lea. Era căsătorită cu un bărbat extrem de brutal. Soțul din viața tinerei negrese era tatăl lui George din această viață. În tinerețe, soțul ei o bătuse atât de sălbatic, încât i-a rupt picioarele, lăsând-o paralizată.

În această viață, tatăl lui George fusese pentru el o sursă de mare putere și sprijin, în special în copilărie, care a fost profund marcată de artrita pe care o avea la genunchi.

Dar tatăl lui era un personaj autoritar, înspăimântător, care manifesta aceleași furii ca cele pe care le făcea George mai târziu, iar băiatul a învățat repede că, dacă voia să realizeze ceva departe de influența tatălui său, trebuia să „stea pe picioarele lui” – o corelație evidentă cu viața lui ca sclav.

Independența și puterea au devenit scopul vieții lui George în perioada de dinainte de infarct – scop pe care l-a urmărit, poate prea unilateral, chiar și după ce a ieșit din spital. Lecția pe care trebuia s-o învețe George în această viață era echilibrul; el trebuia să îmbine autoritatea, cu capacitatea de a-i asculta pe ceilalți; să dea ordine, dar să accepte și sugestii.

S-a întors într-o mică măsură și într-o altă viață, din care a văzut doar câteva scene. Era bărbat în epoca de piatră, îmbrăcat în piei de animale, cu mâini și picioare păroase. Dar a murit foarte tânăr – de foame. Iată încă o explicație pentru greutatea lui excesivă din viața aceasta: Cei ce suferă de lipsă de hrană – cum ar fi cei care au murit în perioada holocaustului – după ce se reîntrepează,

devin adesea supraponderali, grăsimea reprezentând pentru ei o asigurare că nu vor mai fi niciodată înfometați.

Am pus aceste vieți trecute în ordine cronologică: bărbat în epoca de piatră, sclavă cu picioare paralizate, homosexual japonez asasinat și francez murind pentru patrie. Cu siguranță că mai existau și alte vieți, dar el nu le-a accesat în timpul ședințelor noastre – și poate nu o va face niciodată.

Spiritul lui albastru i-a spus că vedem doar viețile anterioare care sunt importante pentru cea actuală.

„Procesul de învățare se desfășoară și dincolo“, mi-a spus George – acum devenit „expert“ – și era încântat de atitudinea lui pozitivă. „Îți dezvolti noi abilități. Lucrezi pentru a-ți dezvolta talentele. Nimic nu se oprește.“

În toate viețile de care și-a amintit, unele teme au apărut în mod constant – violență și mânie, durere fizică, abuz, amenințarea constantă cu moartea – care au fost oglindite și în viața actuală.

Când George a pus cap la cap viețile trecute, i-a devenit evident că stilul său de viață din prezent era letal. Bea prea mult. Tensiunea lui sanguină trebuia să fie controlată. Putea să aibă un nou infarct. Furiile lui favorizau o nouă criză.

Tot acest proces a durat cam doi ani de terapie intensivă (cu ședințe periodice ulterioare), dar odată ce a îmbinat aceste descoperiri, cu celelalte instrumente terapeutice pe care i le-am recomandat – cum ar fi muzică relaxantă – am avut plăcerea de a-l urmări cum începe să se schimbe. Putea să se relaxeze mai bine, fără a face o meditație formală (ceva ce eu i-am recomandat, dar el a refuzat). Mi-a spus că nivelul de comunicare cu cei de la serviciu era mai bun; era mai capabil să asculte și să accepte întârzierile, fără a „exploda“. Când se mai enerva, totuși, episoadele erau mai scurte și mai puțin violente. Putea să se relaxeze, din când în când; punea unul dintre CD-urile mele la birou, în pauza de prânz și îi spunea secretarei să nu fie întrerupt. A început din nou să joace golf, să pescuiască și să se ducă la meciuri de baseball.

Și din punct de vedere fizic, George era mai bine. Tensiunea lui arterială scăzuse și inima funcționa mai bine. A început să facă

exerciții fizice, să bea mai puțin și să mănânce alimente mai sănătoase – toate cu ajutorul soției lui. Uneori o chemam la ședințele noastre, unde ea confirma progresul soțului, cu o recunoștință la fel de sinceră ca și a lui. La fel se întâmpla și cu copiii săi; devenea tată, prieten și ghid – și nu dictator.

O schimbare a dus la o alta și, curând, a început să se manifeste o succesiune de schimbări – ceea ce numim o buclă sinergică. Un succes urma altui succes.

„Am întrezărit scene de dincolo“, mi-a spus. „M-am văzut în viitor, ca un profesor iubit de mulți copii. Era o viață foarte fericită.

Eram foarte mulțumit. Am putut să iau cu mine din viața fizică de aici, abilitățile pe care le-am dobândit. Am văzut o altă lume – de fapt, doar am întrezărit-o. Structuri cristaline, lumini și oameni – știi, ca niște raze de lumină.“

Eram uluit. După cum v-am spus, asta se întâmpla înainte ca eu să-i ajut pe pacienți să meargă în viitor. Viziunea lui, mă gândeam atunci, ar putea fi o metaforă, un simbol pentru ceea ce-și dorește acum sufletul – sau s-ar putea să nu fie nimic mai mult decât un vis influențat de acțiunea noastră asupra trecutului său. Însă, poate că ceea ce a văzut este adevărat.

La sfârșitul ultimei noastre ședințe, am notat: „El și-a vindecat atât inima spirituală, cât și pe cea fizică“. Cardiologul lui, Barbara Tracy, mi-a confirmat asta și știam că George era optimist acum. Viața era dintr-o dată importantă pentru el. Spiritualitatea a devenit o parte din structura lui psihologică.

Familia era importantă. Prietenii erau importanți. Colegii de serviciu erau importanți. La fel era și plăcerea.

Era pregătit pentru următoarea sa etapă de evoluție.

Când corpul lui George va muri și sufletul îi va fi pregătit să se întoarcă, sunt convins că noua lui viață se va desfășura la un nivel superior; e aproape sigur că va fi mai blândă decât celelalte vieți pe care le-a avut. Dacă n-ar fi revizitat și n-ar fi înțeles lecțiile vieților sale anterioare, i-ar fi trebuit mai mult timp pentru a ajunge la etapa în care se află acum.

E posibil să fi fost nevoit să-și petreacă mai multe vieți într-o stare de mânie și violență, înainte de a învăța singur adevărurile pe care regresiile i le-au dezvăluit. Terapia lui s-a încheiat, iar eu nu-l voi mai vedea ca pacient. Dacă va dori, voi fi bucuros să aplic și terapia prin hipnoză progresivă, nu din motive medicale, ci ca să vedem cum va fi viața – viețile – lui următoare.

Viața actuală a lui George s-a schimbat prin renunțarea lui la mânie și violență, care erau problemele lui principale. Viețile trecute și actuale ale altor pacienți arată cum este posibil să schimbi zece aspecte diferite și, prin extrapolare, alte sute. Se întâmplă rar ca un pacient să învețe mai mult de o singură lecție într-o viață – deși o parte de atenție este deseori destinată și altor lecții.


Din motive editoriale am împărțit lecțiile pe zone distincte, deși deseori ele se suprapun, iar evoluția înregistrată într-un domeniu poate duce la o evoluție în celelalte.

Relatările despre care urmează să citiți sunt niște exemple remarcabile de oameni care evoluează către vieți noi care-i poartă către planuri superioare – și care, într-un sfârșit, îi vor conduce către cel mai înalt plan dintre toate.



CAPITOLUL 3

VICTORIA, EVELYN ȘI MICHELLE: SĂNĂTATEA

 Ca medic și psihiatru, misiunea mea este să vindec boli fizice și emoționale – uneori separat, dar cel mai adesea în același timp, deoarece mintea afectează sănătatea corpului, iar corpul pe cea a minții. Cunosc conceptul de „sănătate spirituală”, dar pentru mine sufletul este întotdeauna sănătos. Într-adevăr, sufletul este perfect. Atunci când oamenii vorbesc despre vindecarea sufletului, nu știu la ce se referă. Faptul că nu trăim din suflet ne face să simțim că sufletul trebuie vindecat.

O stare de sănătate precară ne face narcisiști, iar narcisismul ne face orbi la compasiune, empatie, controlul mâinii și răbdare – toate elementele care, atunci când sunt stăpânite, ne vor înălța pe scara evoluției către nemurire. Deseori, dacă suntem bolnavi, nu ne putem gândi la nimic decât la boală și există șanse mici de progres. Astfel, în acest capitol voi scrie despre boli și tulburări fizice, precum și despre stări anormale ale minții – fobii, temeri, depresie, anxietate – și cum pot fi ele alinate. Sunt, oare, toate acestea influențate de viețile trecute? În mod categoric, da. Dar viețile noastre viitoare? Cred din ce în ce mai mult că da – întrucât dovezile continuă să se strângă.

Vă voi face cunoștință cu două persoane remarcabile, Victoria și Evelyn, prima cu un cancer care-i face viața un iad în fiecare zi, cealaltă cu o anxietate atât de profundă, încât a făcut efectiv imposibilă existența unei vieți sociale de succes.

Am vindecat-o pe Victoria prin hipnoză regresivă; am ajutat-o pe Evelyn, arătându-i viitorul.



Deja sunt obișnuit cu regresii uluitoare, revelații uimitoare, dar cazul Victoriei mi-a insuflat o senzație de miraculos, pe care nu am simțit-o prea des de când am întâlnit-o pe Catherine, acum douăzeci și patru de ani.

Victoria locuiește în Manhattan, este fizician și membru marcant al Academiei de Arte și Științe. Am cunoscut-o când a venit la mine, la începutul unui seminar de cinci zile la Institutul Omega, un centru de vindecare și de educare în Rhinebeck, New York. Mi-a spus că, în ultimii șaisprezece ani, a suferit de o durere gravă de spate, provocată de un cancer pe care mai multe operații și o serie de tratamente de chimioterapie și radiații nu au putut să-l vindece. Mi-a arătat un dosar referitor la boala ei, gros de câțiva centimetri. Durerea era permanentă; o asemenea cu o durere dată de un abces dentar, care pulsează continuu. Noaptea trebuia să ia doze mari dintr-un medicament de genul morfinei, deoarece durerea era foarte acută, dar ziua îndura agonia, pentru a putea continua să lucreze cu mintea limpede. Deși nu era în vârstă – cincizeci și ceva de ani – părul ei era alb din cauza durerii. Nu-i plăcea cum arăta, așa că îl vopsea negru.

Victoria încetase să-și mai ia medicamentele, cu câteva zile înainte de seminar, după cum mi-a spus, pentru a se putea concentra asupra discursurilor mele. Dar acum întreba: „Cum voi putea rezista cinci zile fără medicamente? Va trebui să mă duc acasă cu ambulanța“.

„Încearcă să rezisti“, i-am spus, „dar voi înțelege dacă va trebui să pleci“.

A rămas la toate sesiunile, iar la sfârșit s-a apropiat de mine cu raportul ei. Era atât de important, încât am rugat-o să-l prezinte grupului. În timpul săptămânii, ea a trăit mai multe regresii, toate acoperind aceeași viață, care s-a desfășurat lângă Ierusalim, pe vremea lui Iisus. Era un țăran sărac, un bărbat puternic cu brațe și umeri uriași, dar sensibil din punct de vedere spiritual, care iubea

păsările și animalele. Trăia într-o casă de lemn la marginea unui drum, împreună cu soția și fiica lui și nu făcea rău nimănui. Victoria a recunoscut fiica; era fiica ei din viața actuală. Într-o zi, țăranul a găsit o turturea care-și rupsesse aripa și a îngenunchiat pentru a o îngriji. Un soldat roman ce mergea în marș cu un corp de elită al gărzilor de la palat, a fost deranjat de acest om care-i bloca drumul și l-a lovit cu sălbăticie în spate, rupându-i mai multe vertebre. Alți soldați i-au dat foc la casă, omorându-i soția și copilul. Amărăciunea și ura țăranelui față de romani ardeau puternic în el. Începând din acel moment, el nu a mai avut încredere în nimeni. Spatele lui nu s-a vindecat niciodată.

Disperat, distrus fizic și emoțional, s-a mutat în apropierea templului dintre zidurile Ierusalimului, unde trăia într-o colibă și se hrănea cu legumele pe care le cultiva. Nu putea să muncească, se putea deplasa doar cu ajutorul unui băț solid, iar singurul lui animal era un măgar. Oamenii îl credeau senil, dar el era doar bătrân și cu spiritul frânt. Veștile despre un rabin care devenea din ce în ce mai cunoscut ca vindecător i-au atras atenția și a făcut cale lungă pentru a asculta predica ținută de acest om – este vorba despre Predica de pe Munte – deși nu se aștepta să fie vindecat sau mângâiat în vreun fel, ci din pură curiozitate.

Discipolii rabinului au fost îngroziți la vederea țăranelui și l-au alungat. El s-a ascuns în spatele unui tufiș și a putut să-L privească pe Yeshi în ochi.*

„Era ca și cum te-ai fi uitat în niște hăuri fără fund, pline de o compasiune nesfârșită”, mi-a spus Victoria.

Yeshua i-a spus țăranelui: „Nu pleca departe”, iar el s-a supus tot restul zilei.

Întâlnirea nu i-a adus vindecare, ci speranță. S-a întors înapoi la coliba lui, inspirat de predica rabinului, pe care o găsea „răsunătoare și adevărată”.

* Victoria l-a numit Yeshi, diminutivul de la Yeshua, numele aramaic al rabinului. Iisus, numele după care-L cunoaștem noi, este de origine greacă. Victoria nu mai auzise niciodată numele Yeshi, până la întâlnirea din regresie.

Când rabinul urma să se întoarcă la Ierusalim, el a fost cuprins de neliniște. Știa că Yeshua era în pericol, deoarece auzise zvonuri despre ceea ce plănuiseră romanii pe care-i ura. A încercat să ajungă la rabin, dar a fost prea târziu. În ziua în care au vorbit a doua oară, Yeshua se lupta sub greutatea unei bârne uriașe de lemn, în drumul său către locul răstignirii. Țăranul știa că El era extrem de deshidratat. Uimit de propriul său curaj, a întins spre Yeshua o pânză muiată în apă ca să-i umezească buzele, dar Yeshua trecuse deja. Țăranul s-a simțit groaznic, dar apoi Yeshua s-a uitat înapoi la el, din nou cu o infinită compasiune în privire, în ciuda efortului fizic, a deshidratării și oboselii. Deși Yeshua nu a vorbit, țăranul și-a dat seama de cuvintele Lui, care i s-au gravat telepatic în minte: „Este în regulă. Așa trebuia să se întâmple.” Yeshua a pășit mai departe. Țăranul L-a urmat până la locul răstignirii.

În următoarea amintire, s-a văzut, ca țăran, stând în ploaia torențială, plângând în hohote, la câteva minute după moartea pe cruce a lui Yeshua. Yeshua a fost singura persoană în care avusese încredere după moartea familiei lui și acum rabinul era și El mort. Dintr-o dată a simțit ceea ce Victoria a numit „un curent electric” în vârful capului. Acesta s-a descărcat în josul coloanei vertebrale și și-a dat seama că spatele îi era drept; nu mai era cocoșat sau infirm. Era din nou puternic.

„Uite”, Victoria țipa în prezent. „Uite!”

A început să danseze, legănându-și șoldurile, fără absolut nici o durere. Nu existaseră martori în momentul în care țăranul s-a îndreptat de spate; două mii de ani mai târziu, toți participanții la conferință au văzut-o pe Victoria dansând. Unii plângeau. Ochii mei erau plini de lacrimi. Uneori, când îmi revizuiesc notițele în timp ce lucrez la un caz, uit senzația de magie, de mister și consternare pe care respectiva regresie a declanșat-o în mine, dar acum era ceva palpabil. Asta nu era o sugestie hipnotică. Faptul că ea suferise de o deteriorare gravă a vertebrelor și de o pierdere de cartilagiu era documentat de tomografii și de alte analize existente în dosarul pe care mi-l dăduse.

Îmi amintesc că am gândit: „Cum va integra acest fizician, acest om de știință, ceea ce tocmai i s-a întâmplat în viața ei?” Era o întrebare intelectuală, care cu timpul și-ar putea găsi răspunsul. Pentru moment, în timp ce o urmăream, tot ceea ce puteam să simt era doar bucuria ei.



Ceva și mai minunat s-a întâmplat.

În cartea *Doar iubirea este reală*, am scris pe scurt despre o amintire de-a mea dintr-o viață anterioară. Eram un tânăr într-o familie foarte bogată din Alexandria, aproximativ cu două mii de ani în urmă. Îmi plăcea să călătoresc și cutreieram deșerturile din nordul Egiptului și din sudul Iudeii, deseori cercetând peșterile unde locuiau la vremea aceea esenienii și alte grupuri spirituale. De fapt, familia mea contribuia la bunăstarea lor. În timpul unei călătorii, am întâlnit un bărbat puțin mai tânăr decât mine, care era deosebit de inteligent și, împreună, am dormit sub cerul liber și am călătorit timp de aproape o lună. El și-a însușit învățăturile acestor comunități spirituale mult mai repede decât mine. Deși am devenit prieteni buni, în final am plecat fiecare pe drumul lui – eu am mers să vizitez o sinagogă de lângă Marile Piramide.

La vremea aceea nu am relatat restul povestirii, deoarece era ceva extrem de personal și nu doream ca oamenii să se gândească că scriu despre asta dintr-un sentiment de laudă personală: „Doctorul Weiss pe vremea lui Iisus”. Veți vedea imediat de ce o fac acum, deoarece este povestea Victoriei, nu a mea.

Mi-am văzut tovarășul din nou în Ierusalim, unde călătoream deseori, deoarece familia mea avea mare parte din afaceri acolo. M-am văzut în acel oraș ca învățat, nu ca om de afaceri, deși eram tot bogat. Acum aveam o barbă grizonată, tunsă foarte îngrijit și o robă extravagantă, propria mea haină „multicoloră”. Am văzut-o atunci și o văd și acum, cât se poate de clar.

În acea vreme, exista un rabin călător care putea influența mari grupuri de oameni și astfel, El reprezenta o amenințare pentru Pilat din Pont, care L-a condamnat la moarte. M-am alăturat mulțimii adunate să o vadă pe această persoană în drumul său spre

a fi executat; știam că mi-am găsit prietenul, dar era prea târziu pentru a încerca măcar să-L salvez. Tot ce am putut face a fost să-L văd când a trecut, deși mai târziu am putut să-i ajut financiar pe câțiva dintre discipolii și pe familia lui.

Mă gândeam la asta, în timp ce Victoria vorbea, fiind foarte mult în prezent și încă entuziasmată, astfel încât am auzit doar pe jumătate când ea a spus: „Te-am văzut acolo.”

„Unde?”, am întrebat.

„În Ierusalim. Când Iisus mergea spre cruce. Erai o persoană de vază.”

M-a trecut un fior pe șira spinării, ca un foc de-a lungul unui fitil. „De unde ai știut că sunt eu?”

„După expresia ochilor. Este aceeași expresie pe care o văd în ei, acum.”

„Ce purtam?”

„O robă. Era de culoarea nisipului, cu o broderie roșu închis, foarte elegantă. Nu erai una dintre autorități, nu erai unul dintre oamenii lui Pilat, dar știam că ai bani, datorită robei și a bărbii tale atât de îngrijite, deosebită de bărbile majorității ceilalți. Da, tu erai, Brian! Nu am nici o îndoială.” Amândoi am simțit cum ni se face pielea ca de găină și ne-am uitat unul la celălalt, uimiți.

Un psihiatru ar putea spune: „Ei bine, asta se numește proiecție. Tu predai la Omega, erai o figură cu autoritate și un vindecător, iar durerea ei a dispărut atât de natural, încât crede că te-a văzut în regresia ei.” Este adevărat, dar ea mi-a descris roba, barba, înfățișarea, scena și situația, exact așa cum o văzusem eu cu mulți ani în urmă, în timpul regresiei mele; nu putea sub nici o formă să știe cum arătam, sau ce purtam.

Aici se întâmplă ceva extraordinar; pentru mine este ceva inexplicabil. Depășește aspectele legate de sănătate sau vindecare, ajungând pe un tărâm transcendent. „Așa a fost să fie”, i-a spus Iisus vindecătorul, Victoriei. Simt că acestea sunt niște cuvinte importante, dar nu sunt sigur cum să le interpretez.

Ea m-a sunat în seara următoare, după ce conferința s-a încheiat și era încă șocată. Amândoi, oameni de știință, ne-am dat sea-

ma că viziunea ei despre Iisus fusese validată. Pentru un motiv anume – pe care nici unul dintre noi nu-l înțelegea – fuseserăm purtați dincolo de știința noastră, în două puncte unde eram meniți să ne întâlnim, pentru ca ea să se vindece. Nu a fost nici accident, nici fantazie, faptul că ea m-a văzut în Ierusalim; asta însemna că două mii de ani mai târziu, eu urma să fiu instrumentul vindecării ei.

I-am cerut să ținem legătura și vorbim regulat. Și acum se deplasează fără durere și își poate roti șoldurile foarte ușor.

Când s-a dus ulterior la coafor, s-a mirat că vopsea a ținut atât de mult – și apoi și-a dat seama că părul *crescuse* negru, culoarea lui naturală. Spunea că internistul ei era absolut uluit de capacitatea sa de a merge și de a dansa fără durere. În octombrie, farmacistul ei a sunat-o, îngrijorat că nu-și reînnoise rețeta pentru analgezice. „Nu mai am nevoie de ele“, i-a spus ea și, uimită de ce tot ce se întâmplase, a început să plângă. „Sunt bine.“



Evelyn lucra în domeniul fuziunilor și achizițiilor – asta însemnând că ajuta la realizarea fuziunii dintre două firme, sau la cumpărarea uneia de către cealaltă.

Dacă firmele erau mari, de cele mai multe ori era vorba de milioane de dolari, iar taxele plătite firmei la care lucra Evelyn erau de obicei compuse din șapte cifre. Evelyn primea un salariu substanțial, care era deseori dublat sau triplat de prima primită la sfârșitul anului, ca recompensă pentru aducerea de noi clienți.

Avea în jur de treizeci și cinci de ani, era subțire, cu un fizic atrăgător, cu părul negru tuns scurt, aproape un model al femeii de carieră. Hainele ei reflectau succesul: costum și poșetă Chanel, eșarfă Hermes, pantofi Gucci, ceas Rolex și colier de diamante. Totuși, când te uitați în ochii ei – lucru greu de făcut, deoarece când devenea conștientă de privirea mea, se uita imediat în altă parte – puteai vedea tristețe. Lumina era în diamantele de la gât și nu în expresia ei.

„Am nevoie de ajutor“, mi-a spus, în momentul în care ne strângeam mâinile. După ce s-a așezat, mâinile ei agitate se suceau

și se răsuceau în poală. Am aflat curând că era adepta propozițiilor declarative simple, rostite cu o voce anormal de tare.

„Sunt nefericită.”

Apoi, tăcere. „Continuă”, am îndemnat-o.

„În ultimul timp, mi-am pierdut toată bucuria.”

Fraza mi se părea ciudat de formală. Apoi mi-am amintit că era un citat din *Hamlet*. Pacienții folosesc uneori cuvintele altcuiva, pentru a nu trebui să le folosească pe ale lor. Este o metodă de apărare, de mascare a sentimentelor. Am așteptat-o să continue.

I-a trebuit o vreme.

„Mai demult îmi iubeam munca. Acum o urăsc. Înainte îmi iubeam soțul. Acum suntem divorțați. Când trebuie să-l văd, de abia mă pot uita la el.”

„Când a apărut această schimbare?”, am întrebat.

„Odată cu atentatele sinucigașe cu bombă.”

Răspunsul cu totul neașteptat m-a făcut să mă blochez.

Uneori schimbarea bruscă a stării de dispoziție – de la fericire, la depresie – se datorează morții unui părinte (Tatăl Evelynei, am aflat mai târziu, murise pe când ea era copil), pierderea slujbei (în mod clar, asta nu era cazul Evelynei), sau efectele unei boli prelungite (Evelyn avea o stare de sănătate excelentă). Atacurile sinucigașe cu bombă sunt, să spunem așa, un motiv neobișnuit, dacă cineva nu a fost atacat direct.

A început să plângă. „Săracii evrei. Săracii evrei.” A respirat adânc. Lacrimile s-au oprit. „*Nenorociții* ăia de arabi!”

Cuvântul mi s-a părut deplasat, o indicație a furiei ascunse.

„Deci, ești evreică?”, am întrebat.

„Cu tot sufletul și inima mea.”

„Părinții tăi au fost tot la fel de pătimiși ca tine?”

„Nu. Ei nu erau foarte religioși. Nici eu nu sunt. Și nu le păsa de Israel. Pentru mine, este singura țară care contează. Arabii sunt hotărâți s-o distrugă.”

„Iar soțul tău?”

„El *pretinde* că este evreu, dar nici lui nu-i pasă de Israel. Acesta este unul dintre motivele pentru care-l urăsc.”

S-a uitat la mine cu o privire plină de dușmănie, poate pentru că rămăsesem calm în fața înverșunării ei. „Uite. Mi-am pierdut pofta de orice – de mâncare, de sex, de iubire, de afaceri. Mă simt frustrată și nesatisfăcută. Nu pot dormi. Știu că am nevoie de psihoterapie. Ai o reputație bună. Ajută-mă.”

„Deci, îți poți da seama care e cauza mâniei și anxietății tale?”

„Îmi vreau fericirea înapoi.” Și-a înclinat capul. „Mă duc la cinema. Mă duc la cumpărături. Mă duc la culcare. Și tot ce fac este să mă gândesc la cât de mult îi urăsc pe arabi. Urăsc ONU. Știu că au făcut bine, dar ei sunt controlați de antisemiți. De fiecare dată votează împotriva Israelului. Știu că exagerez. Știu că ar trebui să mă intereseze alte lucruri. Dar nenorociții ăia de arabi ... Cum pot omorî copii evrei? Cum *poate* să-mi mai pese de altceva?”



Am încercat psihoterapia convențională, cercetând copilăria ei din această viață, dar cauzele mâniei și anxietății nu păreau să fie generate de acolo. A fost de acord cu regresia.

„Du-te înapoi în timp și spațiu, acolo unde a început inițial mânia ta”, i-am spus, în timp ce ea era într-o stare de hipnoză profundă. Nu aveam de gând să o duc mai departe. Ea va alege locul și perioada.

„Este al doilea război mondial”, a spus ea cu o voce groasă, masculină, ridicându-se în șezut cu o expresie de neîncredere.

„Sunt ofițer nazist, membru al SS. Am o funcție bună.

Supraveghez încărcarea evreilor în vagoanele cu care se transportă animale, care-i vor duce la Dachau. Acolo vor muri. Dacă vreunul dintre ei încearcă să scape, îl împușc. Nu-mi place să fac asta. Nu că mi-ar păsa că moare viermele. Urăsc să pierd un glonte. Gloanțele sunt scumpe. Ni s-a spus să economisim muniția, când este posibil.” Declamația ei cu sânge rece era contrazisă de groaza din voce și de un tremur ușor al corpului.

Ca german se poate să nu fi simțit nimic pentru oamenii pe care-i omora; ca Evelyn, amintindu-și toate astea, era o agonie.

Am descoperit că cel mai sigur mod de a te reîncarna într-un grup anume – definit de religie, rasă, naționalitate, sau cultură – e

ca, într-o viață anterioară să urăști acel grup de oameni, să-i aduci prejudicii, sau să fii violent față de el. Nu m-a surprins că Evelyn fusese nazist. Atitudinea ei proisraeliană din această viață reprezenta o compensare a antisemitismului din acea perioada petrecută în Germania. Dar la ea, compensarea era exagerată. Ura pe care o simțise pentru evrei fusese transformată într-o ură la fel de mare față de arabi. Nu e de mirare că suferea de anxietate, era frustrată și deprimată. Nu avansase prea mult în drumul ei spre sănătate.



Evelyn s-a dus în altă parte a vieții ei în Germania. Armata aliată intrase în Polonia și ea fusese omorâtă pe front, în timpul unei bătălii cumplite. În momentul de analiză a vieții – după ce a murit – a simțit remușcări și o vinovăție enormă, dar trebuia să revină în plan fizic, pentru a confirma faptul că-și învățase lecția și să repare răul făcut, ca german, celor din viața ei.

Toți suntem suflete, toți facem parte din Unicul, toți la fel – indiferent dacă suntem nemți sau evrei, creștini sau arabi. Dar se pare că Evelyn nu învățase această lecție. Ura ei nu dispăruse.

„Vreau să fac un experiment“, i-am spus după ce am reardus-o în prezent. „Ești de acord?“ Ea a aprobat cu nerăbdare.

S-a așezat confortabil; mâinile i s-au oprit din dansul lor nervos. Se uita la mine, așteptând.

„Cred că putem să ne influențăm viețile viitoare, prin ceea ce facem în aceasta“, am spus. „Chiar acum îți influențezi viața viitoare, prin ura ta față de arabi – exact la fel cum ți-ai influențat-o pe cea anterioară, prin ura ta față de evrei. Acum vreau să te duc în următoarea ta viață posibilă – viața pe care ai avea-o dacă menții cursul actual și rămâi în continuare Evelyn cea care mi-a cerut ajutorul.“

I-am indus o stare de hipnoză profundă și am dirijat-o spre o viață viitoare, care să aibă legătură cu viața ca ofițer german și cu cea actuală, caracterizată de sentimente anti-arabe. Ochii ei erau închiși, dar era evident că ceea ce vedea era cât se poate de clar. „Sunt o fată musulmană. Arabă. Adolescentă. Sunt într-o colibă din tablă, așa cum folosesc beduinii. Locuiesc aici de când m-am născut.“

„Unde este coliba asta?“, am întrebat.

S-a încruntat. „În teritoriile palestinienene, sau în Iordania.

Nu-mi este clar unde. Granițele s-au schimbat.”

„Când s-au schimbat?”

„Se schimbă tot timpul. Dar restul este la fel. Războiul cu evreii continuă. Ori de câte ori există o perioadă de pace, radicalii o distrug. Înseamnă că suntem săraci. Vom fi întotdeauna săraci.” Vocea i-a devenit aspră. „Este vina evreilor. Ei sunt bogați, dar pe noi nu ne ajută. Noi suntem victimele lor.”

I-am cerut să avanseze în viața ei ca arab, dar a murit curând după „o boală” și nu a mai putut să adauge nimic mai mult. În schimb, a avut o străfulgerare a vieții imediat următoare. Era un creștin ce trăia în Africa de est, enervat de creșterea rapidă a populației hinduse în acea regiune. (Este extraordinar, m-am gândit. Prejudicata nu dispare niciodată.) În momentul de analiză a vieții, a recunoscut că sunt și vor fi întotdeauna oameni pe care să-i urăști, dar acum, la sfârșit, a apărut o epifanie. „Compasiunea și iubirea reprezintă antidotul la ură și furie”, a spus, cu vocea plină de mirare. „Violența nu face decât să perpetueze suferința.”

Când am adus-o înapoi în prezent, am discutat despre cele aflate de ea. Știa că trebuie să-și modifice părerile despre alte popoare și culturi. Trebuia să înlocuiască ura cu înțelegerea. Aceste concepte sunt ușor de înțeles de către creier – dar nu sunt la fel de ușor de asimilat în viață.

„Ți-au trebuit două posibile vieți ca să ajungi la această înțelegere”, am subliniat. „Ce ar fi dacă ai accelera schimbarea, acum că ai înțeles conceptul în prezent? Cum ar putea să arate viețile tale viitoare, în acest caz?”



În următoarea noastră ședință, am dus-o pe Evelyn într-o viață viitoare legată de viața ofițerului german și de mânia ei din prezent. „De data aceasta, însă, va trebui să renunți la toate prejudiciile din viața actuală. Consideră că toate sufletele și oamenii sunt egali, conectați între ei de energia spirituală a iubirii.”

S-a calmat dintr-o dată. Se pare că viața ei viitoare se schimbă complet. Nu a găsit vieți ca arab, sau ca locuitor al Africii de

est. În schimb: „Sunt directorul unui hotel din Hawaii. Este în același timp și o stațiune balneară. Un hotel frumos și o stațiune. Sunt flori peste tot. Vin oaspeți de pe tot globul. Din diferite țări și culturi. Vin să-și refacă forțele. Este ușor, deoarece stațiunea este atât de bine organizată, iar zona este splendidă.” Zâmbea la ce vedea. „Sunt binecuvântată. Eu mă bucur de hotel tot anul.”

Este, bineînțeles, o fantezie minunată, să te imaginezi ca director al unei stațiuni balneo-climaterice într-o regiune minunată, înconjurată de parfumul florilor. Ceea ce Evelyn a văzut în această incursiune în viitor poate fi, într-adevăr, fantezie, proiecție sau gânduri inspirate de dorințe. Când îi aplic cuiva terapia prin hipnoză regresivă, este uneori dificil de separat imaginea reală de metaforă, de imaginație, sau de simbol. Însă în cazul vizualizării vieților trecute, dacă o persoană vorbește o limbă străină pe care nu a învățat-o în viața actuală, acesta este un semn al autenticității.

La fel și detaliile istorice exacte. Dacă amintirea aduce cu ea emoții intense – și acesta este un semn. Dar, în timp ce emoția intensă însoțește deseori progresia, validarea este mult mai dificilă. Eu mă bazez pe ideea conform căreia, chiar dacă nu poți verifica o progresie, ea este totuși un instrument puternic de vindecare. Da, e posibil să fie vorba despre metafore și fantezie, dar partea importantă este vindecarea.

În cadrul regresiilor și progresiilor, simptomele dispar, bolile se ameliorează, iar anxietatea, depresia și teama scad.

Nimeni nu a găsit încă o metodă de a confirma că cele văzute în viitor se vor întâmpla cu adevărat. Cei câțiva care mi s-au alăturat în acest domeniu se confruntă, în mod invariabil, cu această ambiguitate. Dacă un pacient este condus în viitorul din viața actuală, există o confirmare atunci când cele văzute se îndeplinesc. Dar chiar și atunci, este posibil ca un pacient care și-a văzut viitorul, să-și îndrepte viața în acea direcție. Dacă o viziune este doar o fantezie, asta nu înseamnă că nu o poți transpune în realitate.

Oamenii stau în fața mea cu ochii închiși. Tot ceea ce le vine în minte – metaforă, imaginație, simbol, fantezie, sau amintire reală – toate reprezintă ajutoare pentru a ajunge la vindecare. Acesta

este fundamentul psihoanalizei și fundamentul muncii mele – deși scopul activității mele este mai larg, prin faptul că studiază trecutul îndepărtat și viitorul.

Din perspectiva mea de vindecător, nu contează dacă viziunile Evelynnei despre ce a fost în trecut și ce va fi în viitor sunt reale. Probabil că viața ei ca german a fost reală, deoarece a fost însoțită de emoții intense. Și știu că viziunile ei despre viețile viitoare au influențat-o foarte mult, pentru că i-au spus: Dacă nu te schimbi, vei repeta acest ciclu distrugător de agresor și victimă, dar dacă te schimbi, poți întrerupe ciclul. Viziunile ei diferite despre viitor au învățat-o că posedă liberul arbitru de a modela viitorul și că acum este momentul să înceapă să-și exercite acel liber arbitru.

Evelyn a hotărât să nu aștepte următoarea viață pentru a aduce vindecare – ei și altora. La câteva luni după ultima noastră ședință, a plecat de la firmă și a deschis o pensiune în Vermont. Practică în mod regulat yoga și meditația. A renunțat la mânia și prejudecățile ei – atât în exterior, cât și la nivel profund, în interior. Progresiile ei au ajutat-o să obțină fericirea pe care o căuta când a venit la mine. Iar în ea, eu am găsit un model ce demonstrează puterea progresiei și încrederea de a o folosi ca metodă terapeutică.



Poate că Victoria și Evelyn nu ar fi putut face aceste incursiuni, fără un terapeut care să le îndrume. De vreme ce este greu să practici hipnoza regresivă și progresivă de unul singur, la seminarele mele prezint exerciții de vindecare ce pot fi folosite acasă, chiar și în lipsa unui terapeut.

De asemenea, am realizat niște CD-uri cu hipnoză regresivă, care pot fi folosite pentru a ușura procesul. Ele pot fi folosite pentru a alina probleme fizice sau emoționale. Pentru ca ele să fie eficiente, trebuie să fiți într-o stare de profundă relaxare.

Mulți terapeuți vă spun în cărțile lor cum să vă relaxați; puteți folosi orice metodă vi se potrivește.

Pe scurt, metoda mea este următoarea: găsiți un loc unde sunteți singuri și nu veți fi întrerupți – dormitorul, de exemplu. Închideți ochii. Concentrați-vă mai întâi pe respirație, imaginându-vă

că, odată cu fiecare expirație scăpați de toate tensiunile din corp și că, de fiecare dată când inspirați, aduceți în corp o energie minunată. Apoi, concentrați-vă pe diferite zone ale corpului. Relaxați-vă mușchii feței, ai maxilarului, ai gâtului și umerilor. Continuați cu spatele, abdomenul, stomacul și picioarele. Respirația voastră este regulată, relaxată; inspirați energie, expirați tensiune. Apoi, după ce vă relaxați toți mușchii, vizualizați o lumină minunată deasupra capului, o lumină vindecătoare care se revarsă în corp prin vârful capului, coboară până în vârful degetelor de la picioare și care devine din ce în ce mai caldă și mai vindecătoare, pe măsură ce coboară. Când conduc acest exercițiu, în acest punct număr invers – de la zece la unu – dar voi nu trebuie să faceți asta, dacă sunteți singuri.

Dialog cu boala

Am compus acest exercițiu, inspirându-mă din unele similare prezentate de Elizabeth Stratton și de alții, care sunt folosite de terapeuții gestalt.*

Alegeți un simptom – numai unul – mental sau fizic, pe care ați dori să-l înțelegeți și, înțelegându-l, să-l vindecați. Ar putea fi durerile artritice din încheieturi, frica de înălțime, sau timiditatea pe care o manifestați când întâlniți un străin. Observați primele gânduri sau sentimente care vă vin în minte.

Faceți acest lucru spontan, fără a vă cenzura în vreun fel; rețineți primele gânduri, indiferent de cât de prosteste sau neînsemnate ar părea. Intrați în legătură cu acea parte a corpului sau minții voastre care vă supără. Încercați mai întâi să agravați simptomul, simțindu-l cât de complet puteți și observați cum ați reușit să faceți asta. Apoi, *schimbați locul cu simptomul*; voi sunteți simptomul, simptomul este persoana voastră. Asta pentru a putea fi extrem de conștienți de simptom.

* Terapia Gestalt este un o psihoterapie bazată pe idealul de a trăi experiența de „aici și acum” și pe relația cu ceilalți și cu lumea și a fost fondată de Fritz Perls, Laura Perls și Paul Goodman, în anii 1940-1950. În centrul Terapiei Gestalt se află promovarea „conștienței”. Pacientul este încurajat să devină conștient de propriile sentimente și comportament, cât și de influența pe care o are asupra mediului înconjurător. (n.t.)

El știe unde este localizat și modul în care afectează corpul sau mintea. Apoi, faceți ca acel eu care este în exteriorul simptomului să-i pună acestuia o serie de întrebări.

- Cum mi-ai afectat viața?
- Ce vei face cu corpul/mintea mea, acum că ești înăuntru?
- Cum mi-ai afectat relațiile?
- Tu ajuti la transmiterea vreunui mesaj sau a unor informații pe care eu nu le pot transmite?
- Mă protejezi de cineva sau ceva?

Ultima este esențială, deoarece oamenii se folosesc deseori de boli, pentru a evita confruntarea cu problemele lăsate în spate – este o formă de negare. Să spunem, de exemplu, că aveți dureri ascuțite în gât. Exercițiul vă va permite să definiți exact cine sau ce este această durere în gât – șeful, soacra, un mod de a ține capul pentru a nu trebui să vă uitați direct în ochii cuiva.

La seminare, eu pun întrebările astfel încât boala este liberă să se concentreze asupra gazdei ei. Dacă faceți acest exercițiu acasă, înregistrați întrebările, lăsând intervale suficient de lungi pentru răspunsuri atente, bine gândite. Sau puteți lucra cu un prieten.

Acest exercițiu, ca și celelalte, nu este un panaceu. Un cancer nu va dispărea, nici mama soacră. Dar, de cele mai multe ori, exercițiul va reduce simptomele și, ocazional, are loc câte un „miracol” și cineva se vindecă. Nu cunoaștem amplitudinea legăturii dintre minte și corp. La persoanele cu tulburare de identitate disociativă, o erupție sau febra dispar, atunci când una dintre celelalte personalități preia comanda, sau unul poate fi alcoolic, celălalt cu intoleranță la alcool – dar știm că ea există și aceste exerciții sunt un mijloc de a mări la maximum cele două forțe.

Vizualizare vindecătoare

Și aici am adaptat exercițiul, de data aceasta din mai multe surse. Repet, în timpul seminarelor eu îi coordonez pe participanți, dar se poate face și acasă cu ajutorul unei înregistrări, sau al unui prieten. După câteva repetiții vă veți aminti pașii; este un exercițiu simplu, dar extrem de puternic.

Cu ochii închiși și într-o stare de relaxare, mergeți pe o insulă străveche de vindecare. Insula este minunată și vremea este o mângâiere. Nu există loc mai relaxant în lume. Fixate în nisipul oceanului, la o distanță mică de plajă, sunt câteva cristale foarte mari și puternice care imprimă o energie vindecătoare apei. Pășiți în apă și mergeți cât vă simțiți bine; apa este caldă și liniștită. Veți simți o furnicătură pe piele. Aceasta este energia supraîncărcată a cristalelor absorbite de voi prin intermediul apei care vă atinge corpul. Direcționați energia spre acea parte a corpului care trebuie vindecată. Nu trebuie să fie doar un singur loc; poate întreaga voastră ființă cere să fie sănătoasă. Stați o vreme în apă, relaxați și lăsând energia să lucreze asupra voastră în modul său binefăcător.

Acum, vizualizați câțiva delfini blânzi și iubitori, care înoată spre voi, atrași de calmul și frumusețea din voi. Delfinii sunt măestri diagnosticieni și tămăduitori; ei își combină energia cu cea a cristalelor. Acum puteți deja înota la fel de bine ca delfinii, deoarece apa este atât de supraîncărcată cu energie. Împreună vă jucați în apă, atingându-vă, scufundându-vă și revenind la suprafață, pentru a respira aerul binefăcător. Sunteți atât de preocupați de noii voștri prieteni, încât uitați scopul inițial al băii, acela de a vindeca — dar, între timp, corpul vostru absoarbe energia tămăduitoare de la cristale și de la delfini.

Când ați terminat, ieșiți din apă pe plajă. Sunteți liniștiți la gândul că vă puteți întoarce ori de câte ori doriți. Nisipul se simte plăcut sub picioare. Calitățile acestei ape sunt atât de speciale, încât vă uscați imediat. Simțindu-vă mulțumit, fericit și *sănătos*, stați liniștit pentru o vreme, simțind căldura soarelui și mângâierea brizei. Apoi, ieșiți din vizualizare, din acest vis liniștit, știind că vă puteți înapoia oricând și că vindecarea va continua, chiar și după ce vă veți trezi.

Vizualizare regresivă

Într-o stare relaxată și cu ochii închiși, imaginați-vă o ființă spirituală, pe cineva foarte înțelept. Spiritul poate fi o rudă, sau un prieten iubit care a trecut dincolo, sau poate fi un străin în care aveți

încredere și îl iubiți imediat ce-l vedeți. Factorul esențial este că această persoană vă iubește necondiționat.

Vă simțiți într-o siguranță deplină.

Urmați-vă ghidul spiritual la un templu străvechi, minunat de vindecare și amintiri. Este situat sus, pe un deal înconjurat de nori albi. Pentru a ajunge la intrare urcați pe niște trepte minunate de marmură. Când ajungeți în vârf, marile porți se deschid și-l urmați pe spirit înăuntru, unde sunt fântâni, bănci din marmură și ziduri încrustate cu scene din natură.

Mai există și alții în cameră, călători ca și voi cu proprii lor ghizi spirituali; toți sunt relaxați, fermecați.

Spiritul vă îndreaptă pașii către o cameră retrasă, la fel de elaborată ca design ca și prima, dar fără mobilier, cu excepția unei canapele pusă direct în mijlocul camerei. Vă întindeți pe ea, dându-vă seama că nu ați stat niciodată atât de confortabil.

Deasupra canapelei sunt suspendate cristale de diferite mărimi, forme și culori. Sub îndrumarea voastră, ființa spirituală aranjează cristalele în așa fel încât lumina culorii perfecte – verde, galben, albastru și auriu – se îndreaptă ca o rază laser către acea parte a corpului, sau a corpului emoțional, sau a minții, care are mai multă nevoie de vindecare. Lumina se schimbă; cristalele au împărțit-o în culorile curcubeului, le absorbți pe toate ca parte din vindecarea voastră. Spiritul vă sfătuiește să vă uitați la un perete al camerei și spre uimirea voastră este gol ca un ecran de cinema.

Într-o ședință de grup eu număr încet de la zece la unu și le spun participanților că le vor apărea imagini din viațele lor trecute. Când veți face exercițiul acasă, va trebui să faceți pauză înainte ca imaginile să prindă contur. Nu trebuie să mergeți într-o anumită viață trecută – poate să fie vorba de mai multe – dar pur și simplu imaginați-vă. Viața ar putea să apară ca o serie de fotografii, sau ca un film. Poate că una dintre scene se va repeta. Nu contează; tot ce vedeți este bine. Și în tot acest timp cât voi vă uitați la ecran, corpul vostru absoarbe energia vindecătoare emanată de cristale. Vindecarea are loc nu doar în această viață, ci și în trecut, acolo unde se află probabil cauza. Dacă vedeți o legătură directă între eveni-

mente din trecut și simptome actuale, vindecarea se accentuează. Dar chiar dacă nu vedeți legătura, cum se întâmplă de multe ori, vindecarea este semnificativă.

Voi, spiritul, templul, cristalele și lumina lucrează împreună pentru a vindeca; toate sunt importante.

Duete vindecătoare: psihometria

În cadrul seminarelor le recomand participanților să se separe în grupuri de doi, de preferat necunoscuți. Fiecăruia i se cere să aleagă un obiect personal pe care să-l dea partenerului, cum ar fi o legătură de chei, o brățară, ochelari, un colier, sau un inel. Partenerii fac schimb de obiecte și apoi le induc starea de relaxare comună tuturor exercițiilor. „Veți recepționa o impresie referitoare la persoana al cărui obiect îl țineți în mână”, le spun. „S-ar putea să vi se pară ciudat. Poate să vi se pară că impresia nu are nici o legătură cu persoana din fața voastră. Dar indiferent cât de absurd, sau de neobișnuit, sau de ciudat vi se pare gândul, rețineți-l și spuneți-l partenerului/partenerei. În fond, ceea ce vouă vi se poate părea bizar ar putea să aibă o semnificație profundă pentru el/ea”.

Exercițiul este mult mai mult decât un joc de salon, deși poate fi foarte amuzant. El conține o latură de diagnosticare. Cam o treime dintre participanții la un seminar ținut de mine în Mexico au recepționat un simptom fizic al partenerului lor, iar participanții pot descoperi episoade din copilăria partenerilor, adesea uitate dar importante. De exemplu, la un curs pe care-l predam la Universitatea Internațională din Miami, un tânăr, care nu-și cunoscuse anterior partenera, a descris complet și exact cea de-a zecea aniversare a zilei ei de naștere, cea în care fusese umilită de sora ei mai mare. Mai era un tânăr care fusese împușcat în antebrațul stâng în timp ce încerca să fugă de un huligan care încerca să-l jefuiască. El purta o cămașă cu mânecă lungă, încheiată cu nasturi la manșete, astfel încât nu era posibil ca partenera lui să-i fi văzut cicatricea. Totuși, când i-a luat cheile de la mașină în mână, ea a simțit o durere acută în antebrațul ei stâng. Unii au descris vieți anterioare ale partenerilor; mulți au descris casa în care partenerii au copilărit.

La finalul seminarului din Mexic am pus cinci dintre ei să vorbească la microfon și să spună grupului prin ce au trecut. Patru dintre ei au avut trăiri de medium! Ei au primit mesaje de la persoane dragi partenerilor lor – pe care nu-i mai întâlniseră niciodată în viața lor – pe care aceștia le-au recunoscut. Unii au putut să descrie și cum arăta persoana decedată. Unul a povestit despre o fetiță de șase ani pe care a văzut-o mergând înapoi, ceea ce pentru el însemna că fetița murise. Ea spunea: „Sunt bine. Totul este în regulă. Nu trebuie să mă jelești atât de mult. Te iubesc“. Partenera lui a început să plângă. Își pierduse fetița de doar șase ani, cu câteva luni înainte.

Acest exercițiu poate fi făcut acasă, deși este foarte eficient dacă-l faceți cu cineva puțin cunoscut, sau pe care-l cunoașteți de puțină vreme. În timp ce îl vindecați pe partenerul vostru, transmiteți-i un mesaj sau recepționând un simptom fizic sau emoțional – neliniște, depresie, tristete – se realizează rapid o legătură și are loc un efect de răspuns la fel de intens atât pentru dumneavoastră cât și pentru partener.

Vindecarea la distanță

Fiind într-o stare de relaxare, cu ochii închiși, vizualizați persoanele dragi care e posibil să fie bolnave din punct de vedere fizic, sau care manifestă tulburări emoționale. Trimițându-le lumină vindecătoare, energie vindecătoare, rugăciunile voastre de vindecare (nu trebuie să credeți într-o religie anume) și iubirea voastră, puteți efectiv să le influențați însănătoșirea – oricât de incredibil ar părea. Există dovezi științifice care susțin această afirmație. Cartea doctorului Larry Dossey, *Reinventând medicina*, prezintă câteva studii care demonstrează că pacienții cu probleme cardiace, pentru sănătatea cărora cineva se roagă, au rezultate clinice mai bune decât cei care primesc doar tratamentul medical corespunzător.

Un studiu făcut pe pacienții de SIDA avansați a relevat că până și atunci când nu știau că cineva se roagă pentru ei, aceștia sufereau de forme mai ușoare și mai reduse ca număr, ale bolilor asociate cu SIDA.

Propria mea tehnică este de a duce o persoană la un seminar cu, să spunem, optzeci de participanți și de a o amplasa în mijlocul unui cerc format de aceștia. Le cer apoi să proiecteze energie vindecătoare asupra persoanei respective, în tăcere, dar cu toată puterea lor spirituală.



Am spus că exercițiile de vindecare sunt cel mai eficiente atunci când sunt îndreptate către o singură problemă de sănătate. În cazul Victoriei, a fost cancerul ei de spate. La Evelyn a fost anxietatea care o epuiza zi și noapte. Majoritatea oamenilor au un anumit organ sau parte a corpului mai susceptibilă, care pare să fie prima afectată în condiții de stres sau de început de boală.

Poate fi vorba de gât și de sistemul respirator, de spate, piele, inimă și așa mai departe.

La Michelle, o altă femeie remarcabilă, locul era genunchii. Ea și-a amintit cum, în copilărie, s-a lovit la genunchiul stâng într-o pia-tră scufundată în apă, în timp ce se afla la o plajă din apropierea casei ei. Ca adult, atunci când era în condiții de stres, avea deseori dureri acute în ambii genunchi, dar mai ales în cel stâng. Anxietatea, mi-a spus, o făcea să i se „înmoaie genunchii”. Câteodată, genunchii i se umflau și apăreau edeme, în special după rana căpătată la atletism în anii de facultate, care a necesitat o operație chirurgicală minoră la genunchiul stâng; mai târziu a fost nevoie și de chirurgie artroscopică. Când am cunoscut-o, analizele magnetoscopice și cele cu raze X arătau pierderea masei cartilaginoase. Ea nu putea să-și întindă complet piciorul stâng din cauza loviturilor și mergea deja șchiopătând ușor. Totuși, era conștientă că era afectată atât fizic cât și emoțional – motiv pentru care a venit la mine.

Prima ei regresie a dus-o în vestul rural al Americii secolului al nouăsprezecelea. Numele ei era Emma și, pe la mijlocul vieții ei a fost călcată de o căruță. În urma accidentului, genunchiul stâng și fluierul piciorului i-au fost zdrobite iar genunchiul drept a fost rănit grav. O infecție apărută ulterior a lăsat-o infirmă pentru toată viața. Într-o altă viață, Michelle s-a văzut în Japonia ca soldat al cărui genunchi stâng a fost străpuns de o săgeată.

Ambele regresii explicau actualele ei probleme cu genunchii, dar nu dezvăluiau originea lecției karmice, astfel încât am continuat și curând am ajuns în Africa de nord, în perioada pre-romană.

Michelle era din nou bărbat, de data aceasta gardian la o închisoare cu un regim extrem de brutal, căruia îi plăcea în mod deosebit să distrugă picioarele prizonierilor pentru a nu putea evada. Uneori, el le reteza tendoanele de la genunchi cu sabia sau cuțitul; alteori le zdrobea genunchii cu un ciocan sau cu o piatră. Fractura femurului prizonierilor, le străpungea genunchii cu o țeapa și le reteza tendonul lui Achile. Mulți dintre ei au murit din cauza infectării rănilor, dar pe el îl încânta chinul lor. Superiorii lui simțeau indirect plăcerea de a-i trimite în grijă prizonieri, iar el era răsplătit foarte bine pentru violența lui, trăind în condiții de lux deosebite față de mizeria aceluia loc.

Michelle a fost tulburată de această regresie și a fost nevoie de încă o ședință înainte de a ajunge la o integrare și o înțelegere completă. În final, a înțeles că toți am trecut prin vieți de barbar și că ea, ca și noi, nu ar trebui să simtă rușine sau vinovăție pentru ceea ce a făcut cu un mileniu în urmă. Călătoria noastră este ascendentă. Toți am evoluat trecând prin vieți de violență și cruzime.

Vechiul Testament spune că păcatele tatălui vor fi plătite de copii până la a treia și a patra generație, că suntem afectați negativ de ceea ce au făcut anterior tații noștri. Dar *noi suntem* tații noștri – la fel cum vom fi și copiii noștri. Păcatele vieților noastre trecute ne vor bântui prezentul, până când le vom înțelege și ne vom câștiga iertarea. Păcatele acestei vieți ne vor întuneca viețile viitoare – dar, dacă am acționat cu înțelepciune în trecut, prezentul nostru este mai ușor. Dacă acționăm cu omenie și îngăduință acum, vom aduce sinele nostru viitor mai aproape de Unicul.

Michelle a putut să vadă de ce o dureau genunchii și picioarele ei în această viață. Plătise un preț mare pentru comportamentul ei din trecut, dar acum a văzut că putea fi eliberată. În timpul unei transe profunde, ea s-a dus înapoi la acea viață din nordul Africii – dar, de data aceasta, în loc să provoace durere, a fost cea care a simțit-o și care a cerut iertare și milă. Nu a putut schimba

faptele și detaliile acelei vieți, dar și-a putut modifica reacțiile la evenimentele respective, *la nivel spiritual*.

Acest proces de revenire la trecut se numește *schimbarea cadrului de referință*. Acesta nu modifică faptele, ci schimbă doar modul în care reacționezi la ele.

Michelle a trimis gânduri de lumină și vindecare prizonierilor – sau, mai degrabă, sinelui lor superior, sufletul. A putut să se ierte și pe ea însăși. „Știu cum să întrerup ciclul”, a spus cu lacrimi de recunoștință în ochi. „Prin iubire și compasiune.”


A început să se simtă mai bine. Inflamația de la genunchi s-a redus complet. Și-a recăpătat, în totalitate, mobilitatea picioarelor, iar radiografiile au arătat vindecarea completă a ambilor genunchi. Starea de slăbiciune a genunchilor, care se manifesta la stres, a dispărut. Era liberă să cerceteze și să înțeleagă alte lecții mai complexe de compasiune și empatie. Ea sprijinea organizațiile care militau împotriva minelor de teren (care deseori provocau răni grave la picioare) și pe cei care luptau împotriva cruzimii față de animale. A primit bunăvoința divină.

Michelle nu a dorit să meargă în viitor, dar știu cum va fi aceasta. În această viață își va continua munca umanitară și, cu fiecare acțiune a ei, va avansa și mai mult către o situație mai bună în viața viitoare și în cele ce vor urma. În aceste vieți nu va mai avea probleme cu picioarele, deoarece și-a răscumpărat păcatele din Africa de nord. Nu știu ce profesie va avea, sau pe cine va întâlni și iubi, dar va munci și va iubi cu bunăvoință și compasiune.



CAPITOLUL 4

SAMANTHA ȘI MAX: EMPATIA

u câteva zile înainte de a începe acest capitol, unchiul soției mele, Carol, zăcea pe patul de moarte, într-un spital din Miami, fiind bolnav de cancer. Erau foarte apropiați și pentru ea era un chin. Și eu eram apropiat de el, deși nu la fel ca soția mea, astfel încât atunci când l-am vizitat la spital, atenția mea era concentrată nu atât pe el cât pe Carol și pe copiii lui adunați în jurul lui. (Soția lui murise cu mulți ani înainte.) Puteam simți tristetea, durerea și suferința lor. Era vorba de un sentiment de empatie din partea mea, emoție care se dezvoltă pe măsură ce înaintăm în ani, deoarece măsura în care demonstrăm empatie față de alții depinde de situațiile similare prin care am trecut în propriile noastre vieți. Îmi pierdusem un copil și pe tata, astfel încât cunoșteam durerea de a te confrunta cu moartea unei persoane dragi. Nu mi-a fost greu să simt emoțiile celor din cameră; știu cum este să suferi profund și m-am simțit foarte aproape de ei toți, deși îi văzusem pe copii doar de câteva ori de-a lungul anilor. Am putut să le arăt că sunt lângă ei cu suflul, iar ei au putut să-mi accepte cuvintele de alinare, știind că sunt sincere. Și ei au dat dovadă de empatie față de mine.

Cam în aceeași perioadă, a avut loc un cutremur în Iran, care a provocat moartea a aproximativ patruzeci de mii de oameni și rănirea altor sute de mii, despărțirea de familii și distrugerea locuințelor. La televizor se prezentau scene groaznice, în care oamenii săpau pentru a scoate afară răniții și morții. Am urmărit îngrozit imaginile. Aici era vorba de un alt sentiment de empatie, mai global și probabil nu la fel de dureros ca emoțiile simțite în acea cameră de spital.

Dacă nu ar fi fost imaginile ce prezentau urmările cutremurului, poate simțeam chiar mai puțin; *individualitatea* tragediei, precum și transmisiunile de la fața locului, au făcut ca durerea să fie mai mare.

Empatia mea s-a îndreptat atât spre salvatori cât și spre victime și m-am gândit că lumea aceasta este un loc foarte dur. Avem aici boli, cutremure, taifunuri, inundații, toate calamitățile naturale și totuși, noi adăugăm la acestea războaie, violențe și crime. Ca multe alte națiuni, Statele Unite au contribuit cu ajutoare sub formă de alimente, medicamente și efective. Însă, am fost asigurați că Iranul făcea încă parte din axa răului și era corect să-i urâm conducătorii.

Dacă s-ar fi putut spune că ei reprezentau o amenințare pentru noi, am fi mers la război.

Nebunie!



Empatia este capacitatea de a te pune în locul altuia – de a simți ce simte el, de a fi în situația lui, de a vedea prin ochii lui. Dacă suntem capabili de empatie, putem să creăm o legătură între noi și cei aflați în suferință, să ne bucurăm de iubirea altuia, să ne facă plăcere succesul altuia și să înțelegem mânia unui prieten și suferința unui străin. Este o însușire care, atunci când este stăpânită și folosită corect, poate să ne împingă mai repede spre viitor. Cei care nu cunosc empatia nu pot evolua din punct de vedere spiritual.

Principiul esențial care stă la baza empatiei este că noi toți suntem conectați. Am început să înțeleg asta în timpul Războiului Rece când am văzut un film despre un soldat rus. Știam că trebuia să-l urăsc, dar în timp ce își desfășura ritualul zilnic – bărbierit, mic dejun, drumul în teren pentru antrenament – îmi amintesc că m-am gândit: „Acest soldat este cu câțiva ani mai în vârstă decât mine. Poate că are o soție și copii care-l iubesc. Poate că a fost forțat să lupte pentru ideile politice ale conducătorilor lui, dar cu care nu este de acord. Mi s-a spus că el este inamicul meu – dar, dacă l-aș privi în ochi, nu m-aș vedea pe mine?”

Nu mi se spune oare să mă urăsc pe mine?”

Acel soldat rus de ieri și soldatul arab de astăzi sunt la fel ca voi, deoarece amândoi au suflete ca voi și toate sufletele sunt una.

În viețile noastre trecute, noi ne-am schimbat rasa, sexul, condițiile economice, condițiile de trai și religia. Le vom schimba și în viitor. Prin urmare, dacă urâm, sau ne luptăm, sau omorâm, noi ne urâm, ne luptăm și ne omorâm pe noi înșine.

Empatia ne învață această lecție; este unul dintre sentimentele pe care am venit să-l învățăm pe Pământ, un aspect cheie al pregătirii noastre pentru nemurire. Este o lecție dificilă prin faptul că trebuie să o trăim nu doar în minte, ci și în corpul nostru fizic – avem durere, emoții întunecate, relații dificile, dușmani, pierderi și suferință profundă atât în minte cât și în corp. Astfel, tindem să uităm de alții și ne concentrăm pe noi înșine. Dar noi mai avem și iubire, frumusețe, muzică, artă, dans, natură și aer și de-abia așteptăm să le împărtășim cu cineva. Fără empatie, nu putem transforma negativitatea în pozitiv – și nu putem înțelege cu adevărat empatia, fără a o simți în viața noastră actuală, în trecut și în viitor.

Samatha a simțit-o. Efectiv, empatia a transformat-o pentru totdeauna.



Era o fată delicată, cântărind mai puțin de 50 de kg, care stătea în biroul meu, într-o dimineață de februarie, cu umerii aduși spre față și mâinile strânse ferm pe abdomen, ca și când ar fi avut dureri. Hainele ei erau simple: blugi, tricou cu mâneci, bascheți cu șosete scurte și nu avea bijuterii, nici măcar un ceas. Ar putea fi o elevă de clasa a IX-a, m-am gândit, deși știam din întrebările introductive, la care a dat răspunsuri șoptite, cu o voce care de abia se auzea, că avea, de fapt, nouăsprezece ani și era în primul an de colegiu. Părinții ei o trimisese ră la mine, deoarece suferea de o gravă anxietate și de o ușoară depresie.

„Nu pot să dorm“, a spus cu o voce atât de stinsă, încât a trebuit să mă chinui ca să aud. Într-adevăr, ochii ei erau apoși și roșii.

„Știi de ce?“, am întrebat.

„Mi-e teamă că nu o să fac față la cursuri.“

„La toate?“

„Nu. Doar la matematică și chimie.“

„De ce nu te înscrii la alte materii?“, am sărit eu. Era o întrebare stupidă. Acestea erau cursurile la care ea se înscriesese. Și, într-adevăr, a reacționat imediat.

„Sunt cursuri obligatorii.“

„La medicină?“ Trebuia să știu. Fuseseră cursuri importante, în anii mei de colegiu.

„Da. Și *am dat rasol* la testul de matematică.“

„Deci vrei să fii doctor?“ Era o întrebare banală, știam, dar căutam un punct de intrare, ceva care să o trezească din starea de femeie învinsă pe care o vedeam în fața mea.

În cele din urmă și-a ridicat capul și m-a privit în ochi. „Mai mult decât orice. Și *voi deveni* doctor.“

„Dar nu poți să intri la medicină, decât dacă treci la examenul de matematică și chimie.“

A aprobat din cap. A continuat să mă privească în ochi. Identificasem problema ei și acest fapt o făcea să spere. „Spune-mi, ai avut probleme la cursurile de matematică și chimie din liceu?“

„Puține.“ A făcut o pauză. „Nu, foarte multe, deși nu se vede din notele pe care le-am avut.“

M-am întrebat dacă exista vreo presiune din partea părinților. „Mama și tatăl tău doresc să ajungi doctor?“

„Ei vor ce vreau eu. Au fost *minunați*. M-au susținut, au fost buni, iubitori – nu puteam să am părinți mai buni. Mi-au luat un meditor să mă ajute cu studiile. Dar nu îmi este de prea mare folos. Doar mă uit la numere și la formule și mi se rupe imaginea.“

Vorbea cu atâta fervoare, cu atâta pasiune, încât am văzut pentru prima dată ce tânără extraordinară era Samantha. Nu părea să existe presiune din partea părinților, ea venea din interior. Eram sigur că senzația de înfrângere nu era atât de înrădăcinată, încât să nu poată fi depășită.

„Și acum simți că-i dezamăgești.“

„Da, și mă face să mă simt groaznic. Îl dezamăgesc și pe fratele meu. Sean. Are unsprezece ani și are o inimă slabă și trebuie să fie atent. Dar, de fapt, mă dezamăgesc cel mai mult *pe mine*.

Dr. Weiss, intru într-o clasă la un test, chiar și cel mai simplu și, înainte de a mă așeza, încep să tremur și să transpir, încep să intru în panică și vreau să fug. Odată, chiar am fugit. Am fugit, pur și simplu, din încăpere și m-am întors la cămin, m-am așezat în pat și am plâns în hohote."

"Ce s-a întâmplat?"

"Oh, le-am spus că mi-era rău și m-au lăsat să-l dau din nou. O să mă lase să-mi dau și examenele parțiale din nou – cele la care am picat luna trecută, cele pe care o să le pic.

Nu iau examenele, iar și iar."

S-a prăbușit, plângând cu o suferință acumulată în luni de deznădejde. Am lăsat-o să plângă – ar fi fost inutil să încerc să o opresc – dar, în cele din urmă, lacrimile s-au oprit și, spre surprinderea mea, a reușit să schițeze un zâmbet cald.

"Sunt într-o mare încurcătură", a spus. "Întreaga mea viață se duce pe apa sâmbetei. Repară-mă."

Știam că trebuia să găsim sursa blocajului ei. Poate că se găsea într-o altă viață. M-am gândit să aplic hipnoza regresivă pentru a afla – dar doream să află mai multe, înainte de a începe.

"Dar notele tale de la alte materii?"

"Doar de zece. Nu sunt proastă."

Nu, nu credeam asta. "Atunci, hai să spunem, ipotetic vorbind, că nu poți lua examenele la matematică și chimie și că trebuie să alegi un viitor diferit. Ar fi el chiar atât de groaznic?"

"Ar fi imposibil", a spus ea calmă.

"Nu chiar. Ești încă tânără. Există milioane de drumuri care ți se deschid în față."

"Nu înțelegi? Există doar unul."

Nu înțelegeam. "De ce?"

"Pentru că mi-am văzut viitorul. L-am văzut în visele mele."

Parcă a trecut un fulger! "L-ai văzut?"

Nu puteam spune dacă era la fel de entuziasmată ca și mine, pentru că nu o arăta. "Da. Dar nu știu cum se va întâmpla – dacă-mi voi lua examenele."

„Cum știi că visul este într-adevăr despre viitor – că vezi ce se va întâmpla?”

„Pentru că și ceea ce am visat înainte despre viitor, s-a întâmplat.” Tristețea își făcea loc din nou în vocea ei. „Doar că, de data asta, nu se poate. Ceva îl oprește.”

Totul se petrecea prea repede.

„Oprește-te o clipă”, i-am spus. „Dă-mi un exemplu despre un vis care s-a întâmplat în realitate.”

„Am visat că prietena mea Diana se va răni într-un accident de mașină. Două săptămâni mai târziu, s-a întâmplat exact așa cum am văzut în vis. O altă mașină a lovit-o pe a ei, când s-a oprit la o intersecție.” S-a cutremurat. „Îți dă fiori.”

Ea a descris și alte vise premonitории – un accident pe munte în timpul unei ascensiuni și sosirea mai devreme a tatălui dintr-o călătorie de afaceri.

Mulți oameni au vise premonitории, viziuni ale unor evenimente ce urmează să se întâmple; întâlnisem câțiva înainte. Dar la Samantha, multe dintre visele ei despre viitor erau mai conturate, mai vii, mai amănunțite. Ea nu vedea un incident, ci o perioadă detaliată de viață din viitor.

„Sunt studentă la medicină. Este o universitate mare, astfel încât sunt foarte mulți studenți. Este ziua absolvirii. Iunie. Stăm pe o scenă și decanul ne dă diplomele. Publicul este în număr mare, femeile sunt îmbrăcate în rochii cu volănașe, înflorate, așa că s-ar putea ca universitatea să fie în sud. Steagurile flutură în adierea fierbinte. Părinții mei sunt în primul rând și le văd fețele radioase, mândri de mine – la fel cum sunt și eu. Decanul îmi rostește numele. Am absolvit, anunță el, cu cele mai înalte onoruri. Pășesc către masa unde stă și-mi înmânează o diplomă rulată sub formă de sul și prinsă cu o panglică. Publicul începe să aplaude – nu doar părinții mei, ci toți cei aflați acolo. Și ceilalți studenți aplaudă și explodez de fericire. Mă duc înapoi la locul meu, desfac panglica și deschid diploma. Este cel mai frumos lucru pe care l-am văzut vreodată. Numele meu este tipărit cu roșu ca o reclamă cu neon și ...”

A început să plângă, cu lacrimi la fel de mari ca picăturile ce cad dintr-un robinet. „Nu se va întâmpla. Poate că ar trebui să-mi iau scutire, să mă retrag de la școală înainte de a pica la vreo materie, astfel încât să nu se înregistreze nimic în dosarul meu. Poate ar trebui să mă căsătoresc cu un doctor.”

„Poate că nu va trebui să faci asta. Poate aflăm de unde provine acel blocaj.” Cuvintele mele n-au încurajat-o prea mult. Capul ei era din nou plecat și mâinile strânse pe abdomen. „Alte vise?”, am întrebat.

„Câțiva ani mai târziu. Sunt doctor acum, merg pe culoarul unui spital, de la un pacient la altul. Pacienții mei sunt copii – sunt *doctor pediatru!* Asta mi-am dorit dintotdeauna. Iubesc copiii și este evident că și ei mă plac, deoarece toți, chiar și cel mai mic sau cel mai bolnav, cu tuburi ce le ies din nas și din brațe, sunt bucuroși să mă vadă. Sunt încântată că pot să-i ajut. Un băiețel mă ia de mână. Stau la patul lui, până când adoarme.”

Visele puteau fi orice: fantezii, vise premonitorii, vise despre viitor, sau metafore care nu au nimic de-a face cu medicina. Dar ele erau, cu siguranță, reale pentru Samantha și ea a devenit și mai tristă când l-a spus pe al doilea, deoarece simțea că bariera dintre viitor și prezent – muntele ce nu putea fi escaladat, respectiv matematica și chimia – se afla în fața ei. Nu vedea nici o modalitate de a trece peste ea.

La scurt timp, am programat câteva ședințe adiționale, deoarece trebuia să determinăm dacă să rămână la școală – lucru imposibil dacă nu-și lua examenele – sau nu. Știu că doctorii trebuie să rămână obiectivi, dar simțeam o afinitate specială față de Samantha. Ea îmi amintea de propria mea fiică, Amy, care avea și ea vise și propriul ei viitor luminos.



Samantha a venit înapoi la două zile după aceea. În timpul unei transe hipnotice profunde, i-am spus să meargă pe calea celei mai optime variante de viitor. Cu precizie, au apărut imaginile de la absolvirea facultății de medicină când era un medic pediatru mândru, de data aceasta cu și mai multe detalii – de la ținuta perfectă a

robei ei academice, la mirosul de antiseptic de pe coridoarele spitalului. „Acesta este viitorul meu“, a susținut ea cu încredere, când i-am cerut să cerceteze alternative ale vieții sale actuale. Nu a putut fi abătută de la ideea ei, în ciuda problemelor cu chimia și matematica. Ședința nu i-a schimbat senzația de frustrare, dar a motivat-o să rămână la școală și să continue tratamentul. Avea, oarecum, mai multă speranță și convingere că visele ei despre viitor se vor împlini. Caracterul presant și teama mai erau încă prezente, dar acum devenise mai răbdătoare și era hotărâtă să progreseze. „Voi reuși“, îmi repeta continuu.

Dacă ea credea asta, atunci credeam și eu.

În următoarea ședință, după ce a ajuns la un nivel profund, am condus-o într-o viață anterioară. „Văd un bărbat“, a spus Samantha. „Nu sunt eu și totuși, sunt eu. Este arhitect și treaba lui este să proiecteze clădiri pentru agora – pentru regi. Este maestru în geometria în spațiu, în proiecte speciale de arhitectură. Aceste clădiri sunt speciale și acesta este cel mai important proiect pe care l-a primit el vreodată. Sunt proiecte complicate și îi este teamă că nu va reuși, dar calculele sunt dificile și nu găsește soluțiile. Oh, îmi pare rău de el – de mine! Este un muzician bun și noaptea cântă la flaut pentru a se liniști, dar în seara asta muzica nu are nici un efect. Se încordează și se zbate, dar nu găsește deloc răspunsurile.

Săracul om. Dacă nu poate ...“

S-a oprit la mijlocul propoziției, cu o expresie de mirare. Ochii i-au rămas închiși. „Așteaptă o clipă. Nu mai sunt în Grecia, ci la Roma. Au trecut câteva sute de ani. Mai este un bărbat. Inginer constructor. Din nou el sunt eu și nu sunt eu. El proiectează clădiri, poduri, drumuri, apeducte. El cunoaște compoziția și capacitățile materialelor pe care le folosește, știe să se asigure că ceea ce construiește, va dăinui pentru totdeauna. Este, de asemenea, și expert în matematică. Este considerat a fi cel mai bun. El este cel mai bun. Sunt atât de fericită pentru el, că-mi vine să plâng.“



În primele regresii nu este neobișnuit ca o viață să fie „întreruptă“ de alta, astfel încât nu am fost surprins de saltul brusc al

Samanthei din perioada grecească, la cea romană. În sine, cele două vieți anterioare nu erau remarcabile. Nu apăruseră informații spirituale profunde, nici tragedii, traume, sau catastrofe care ar fi putut să ne conducă spre o înțelegere a blocajului actual. Însă regresia în cele două vieți a fost extrem de importantă, deoarece Samantha a putut să stabilească o legătură emoțională și profundă cu arhitectul grec care se afla în dilemă și cu inginerul constructor. Ea simțea empatie față de ei. Putea să înțeleagă clar frustrarea arhitectului și triumful inginerului, deoarece ea trăise aceleași sentimente în visele ei despre viitor. În consecință, ea manifesta empatie față de ea însăși. Știa că a fost arhitect și inginer și asta era suficient pentru a scăpa de simptomul ei din prezent. Într-un fel, ea poseda deja o capacitate deosebită de cunoaștere matematică și de rezolvare a problemelor, învățată în trecut.

Am putut vedea imediat că noua ei percepție de sine a fost preluată din experiența trăită în timpul regresiei. Ea a devenit mult mai sigură pe sine, în vorbire și comportament. Imaginea de sine fusese transformată. Blocajul va dispărea curând, mă gândeam – și, într-adevăr, această mutație de conștiință s-a manifestat aproape imediat, printr-o înțelegere de tip „aha!” a noțiunilor de matematică și chimie care-i scăpau.

Cu ajutorul meditatorului ei, notele Samanthei de la matematică și chimie au început să crească chiar la următoarea rundă de teste, iar încrederea dată de notele ei mai bune i-au crescut și mai mult siguranța de sine. Am continuat să o consult timp de aproape un an și apoi am încheiat tratamentul, convins că-și va realiza visurile. La sfârșitul ultimului an de colegiu, a venit să mă vadă.

„Am reușit!”, a exclamat.

Știam la ce se referea, dar am lăsat-o să-mi explice. „Ce?”

„Să intru la medicină.”

„Foarte bine!”, am spus, profund satisfăcut. „Unde?”

Ochii i-au strălucit și mi-a zâmbit șăgalnic. „Vedeți dumneavoastră, dr. Weiss, visele mele despre viitor nu sunt întotdeauna exacte. Școala nu este în sud. Mă duc la Cornell.”



Samantha, doctor la început de carieră, a arătat empatie față de ea însăși – cea din trecut – și astfel, a putut să înainteze spre viitorul ei.

Max, un doctor cu experiență, a arătat empatie față de alții în trecut și astfel a putut să-și vadă viitorul și să-și transforme prezentul. Când l-am întâlnit prima oară, era, să spunem direct, o persoană insuportabilă (chiar și doctorii emit judecăți la prima vedere) și eu nu eram sigurul care nu-l suporta. Era doctor la un spital din apropiere și mulți dintre pacienții și colegii lui simțeau la fel.

Într-adevăr, una dintre colegele lui, Betsy Prager, psiholog, l-a trimis la mine pentru tratament. l-a spus că mai bine să vină la mine, decât la ea. Se pare că personalul spitalului aproape că i-a impus să se trateze.

A sosit ca o furtună de vară, cu vânt puternic și căldură mare, plimbându-se de colo-colo în fața biroului meu, într-o stare de anxietate avansată. „N-ar trebui să fii aici”, a declamat el. „Nu e nevoie de asta. Nenorociții ăia care conduc spitalul cred că ar trebui să fii temperat. Eu cred că ar trebui concediați. Nu mă lasă să-mi fac treaba.”

Era un bărbat înalt, de treizeci și opt de ani, cu o față roșie, un păr castaniu rar și neîngrijit și cu ochi ce aruncă flăcări. Încălțat cu bascheți și într-o cămașă bună de purtat în locuri exotice, arăta mai mult a barman, decât a doctor.

„Iisuse!”, a continuat. „Asistenta asta de pe schimbul de noapte! Comportament tipic. Unul dintre pacienții mei – un tip mare, un adevărat prinț, curajos, familie super – are meningită. O cheamă. El vomită. Ea nu mai lăsa telefonul din mână. Am țipat la ea să termine conversația. Pretindea că fiul ei era bolnav.

Cin' s-o creadă? Și când a pus receptorul în furcă, i-am spus-o, am amenințat-o că o bat de-i sună apa în cap.”

„Când s-a întâmplat asta?”

„Săptămâna trecută. Cățeaua mi-a făcut raport. Cred că de asta te-a sunat dr. Prager.”

„Cât era ceasul când ai amenințat-o?”, l-am întrebat cu o voce joasă.

„Miezul nopții. Poate după.”

„Ce făceai la spital așa de târziu?”

„Munceam. Aveam grijă de pacienți.”

„Dr. Prager spune că rămâi deseori până târziu și ești tot timpul obosit. Îmi spune că preiei sarcini pe care le-ar putea face și un medic intern sau un stagiar.”

„Da, dacă n-ar avea creierul cât o nucă.” Și-a pus mâinile pe birou și s-a aplecat către mine confidențial. „Știi cum este. Nu poți avea încredere în ei. Le spun ce să facă până la cel mai mic detaliu și ei tot reușesc să greșescă ceva. Lasă-i cu un pacient și poți să-ți iei adio de la el.”

Când lucram la spitalul Mount Sinai, aproape toți medicii interni și stagiarii erau devotați și competenți, dornici să învețe și să ajute. După ce îi cunoșteam, aveam încredere în ei, în limita cunoștințelor lor. Cât de diferit putea fi acest spital? „Nu te extenuezi muncind în ritmul ăsta?”

„Uneori”, a recunoscut, așezându-se în sfârșit. Părea să se bucure de existența scaunului, deoarece s-a relaxat în mod vizibil, deși unul dintre picioare încă mai dansa pe podea. Apoi, agitația lui a izbucnit din nou. „Bineînțeles că obosesc. Cine nu ar obosi? Dacă ai ști câte dovezi de incompetență văd în fiecare zi, ai înnebuni. Doze greșite. Diagnostic greșite. Diete greșite. Lipsă de politete, bârfă, murdărie pe coridoare, fișe incorecte ...” Turuia ca un motor pe cale să-și dea ultima suflare.

„Punându-ți în pericol pacienții?”, l-am îmboldit.

Motorul a pornit din nou. „Poți să fii sigur, punându-i în pericol! Uneori” – s-a aplecat spre mine din nou și vocea a devenit o șoaptă – „mor.”

Da, unii pacienți mor. Poate bărbatul cu meningită va muri. Dar foarte puține cazuri de deces pot fi puse pe seama unui tratament incorect la spital, sau a neglijenței. Cancerul omoară. Virusii omoară. Accidentele de automobil omoară. „Dar asta este ceva inevitabil”, am spus.

„Nu când este vorba de pacienții mei.”

A spus asta cu atâta siguranță și aroganță încât am replicat. „Cu siguranță pentru unii dintre ei”, am spus. „Pacienții cu cancer. Cei în vârstă. Victimele unui infarct.”

Un lucru straniu a avut loc: Ochii i s-au umplut cu lacrimi. „E adevărat. Și, de fiecare dată când se întâmplă asta, vreau să mă omor. Îmi iubesc pacienții – pe fiecare dintre ei în parte – și atunci când unul dintre ei moare, eu mor odată cu el. Mă sfâșie pe înăuntru.”

„N-ar trebui ...” am început, dar apoi am renunțat să încerc să-l contrazic sau să-l consolez.

„Știi pe cine mă enervez mai tare?” Hohotea. „Pe mine.”

Am continuat în aceeași manieră, tot restul ședinței. A devenit clar că el era obsesiv-compulsiv în privința fiecărui detaliu al tratamentului medical aplicat pacienților lui, deși nu era la fel și în celelalte aspecte ale vieții sale. Bănuiam că, la început, pacienților lui le plăcea atenția pe care le-o acorda, dar apoi unii dintre ei erau probabil iritați, deoarece trebuie să fi sesizat anxietatea ce însoțea comportamentul lui obsesiv. În același timp, exista și o implicare emoțională exagerată față de pacienții săi. Legătura era probabil binevenită la început, înainte ca grija lui exagerată să-i neliniștească.

Max suferea împreună cu pacienții. Îngrijorarea lui față de ei se transforma în disperare și remușcări, dacă starea lor de sănătate nu se îmbunătățea. Fiecare nereușită era vina lui, fiecare moarte era ceva de neiertat. Pe măsură ce ne-am cunoscut mai bine, mi-a spus că, atunci când durerea emoțională devenea prea mare, lua antidepresive. A început să aibă dureri în piept și, îngrozit, a dat fuga la cardiolog. Cardiologul nu a găsit nimic în neregulă, deși i-a făcut un set complet de analize. Totuși, durerile persistau, lăsându-l deseori fără vlagă. Incapabil să delege responsabilitățile, în special prin telefon, Max s-a dus la spital mai des decât ar fi trebuit – „doar ca să se asigure că toată lumea era bine”, după cum s-a exprimat. Dar asta însemna că avea puțin timp pentru familie și chiar orele petrecute cu ei erau marcate de schimbările lui de dispoziție și de izbucniri bruște de mânie. Cu timpul, a început să-mi pară rău pentru el.

„Mă aștept ca toți pacienții mei să se facă bine”, spunea Max, hotărât. Astfel, el nu avea nici o satisfacție când starea lor se îm-

bunătațea cu adevărat. Bucuria pacientului nu era egalată de a lui. Max nu era nici pe departe cazul unui doctor care se simte omnipotent și care se așteaptă, într-un fel, la rezolvarea perfectă a problemelor pacienților. De fiecare dată când starea unuia dintre ei se înrăutățea, se simțea mai puțin sigur pe el, mai puțin demn de titlul de „doctor“. Urletele lui, atacurile verbale și furia erau toate o mască ce ascundea faptul că lui însuși îi era teamă.

Simptomele fizice și fiziologice ale lui Max erau periculoase – ba chiar îi amenințau viața. După cercetări atente de ambele părți, cauzele tulburării lui păreau să nu se regăsească în prezent sau în copilărie. I-am explicat terapia prin hipnoză regresivă, spunându-i că, indiferent dacă era vorba despre ceva real, sau putea fi interpretat drept metaforă, simbol, sau fantezie, nu asta era important. Importantă era vindecarea – și i-am spus că mulți dintre pacienții mei se însănătoșeau. „Ai vrea să încerci?“, l-am întrebat.

„Categoric, nu! O să aflu că am fost vreun asasin care omora cu toporul.“

Puțin probabil, dar nu l-am contrazis. „Atunci, ai vrea să mergi în viitor?“ S-a luminat la față. „Bineînțeles. Trebuie să fie mai bun decât prezentul.“



De cele mai multe ori, progresia este mai ușoară decât regresia, la persoanele cu gândire logică, la pacienții cu emisfera stângă a creierului mai dezvoltată – doctori și avocați, de exemplu. Ei consideră că, oricum, este vorba de imaginație. În practica mea, însă, ce iese la suprafață este mult mai mult decât imaginație.

Corpul lui Max s-a relaxat rapid și apoi, a mers la un nivel mai profund – un respiro binevenit în viața lui de zi cu zi. Nu a trecut mult până să apară o imagine clară. S-a văzut ca profesor al multor vindecători, un doctor din viitorul apropiat, înconjurat de studenții lui, într-un gen de amfiteatru celest.

„Munca îmi oferă satisfacții“, mi-a spus. „Cei mai mulți dintre ei sunt doctori mai buni decât mine, dar eu pot să trec dincolo de corp, pentru a ajunge la emoții. Îi învăț cum conștiința se separă de corp, astfel încât putem înțelege mecanismele vindecării spirituale.“

Vezi tu, conștiința este etapizată. La început, planează deasupra corpului fizic, trecând în revistă viața lui emoțională și pregătindu-se să se înalțe. Apoi, lasă și corpul emoțional în urmă, în acest timp devenind din ce în ce mai ușoară. În această stare, eu o numesc „corp mental”. În final, ea se separă de acest plan și este liberă să-și moduleze vibrația naturală la cea a sferelor, pentru a se putea ridica spre stări chiar mai înalte.“

Și-a întors capul către mine cu multă seriozitate, învățându-mă și pe mine – la fel ca pe studenții din viitor – deși, în starea lui de hipnoză, nu era conștient de prezența mea reală.

„Când înțelegem cum interacționează aceste patru etape și cum se influențează una pe cealaltă, indiciile referitoare la vindecarea psihologică și fizică se pot descoperi, analiza și aplica.

Acesta este domeniul meu de cercetare – și el va schimba medicina pentru totdeauna. Cursul meu se numește Vindecarea Multidimensională a tuturor corpurilor energetice.“

Descrierea lui era atât de clară și confirma atât de bine viziunea altor pacienți, încât m-a trecut un fior de recunoaștere. Domeniul lui de studiu era același cu al meu. „Va schimba medicina pentru totdeauna”, a spus. Asta era și propria mea părere – deși, de obicei, las gândul nerostit. Din ședințele noastre anterioare, știam că Max nu citise niciodată vreo carte New Age sau texte spirituale – considera acest domeniu complet lipsit de valoare – astfel încât nu se poate să se fi inspirat din lecturi anterioare. De religie metodistă, el primise o educație religioasă obișnuită, care nu se apropia nici pe departe de subiectele și conceptele pe care le predă în viitor. El nu credea în ideile metafizice. Probabil că nu folosisese astfel de expresii – cum ar fi „vindecare spirituală” și „corp mental” – niciodată în viața lui.

„Ce naiba a fost asta?”, m-a întrebat, când l-am adus înapoi în prezent. Părea mai degrabă amuzat, decât copleșit de experiența trăită.

„Cine știe?”, i-am răspuns. Apoi, i-am spus simplu că a fi doctor, profesor și vindecător nu era ceva surprinzător, ținând cont de meseria lui actuală – și că, deși nu eram expert, observațiile lui pă-

reau să semene cu anumite concepte metafizice pe care le auzisem de-a lungul anilor.

Gândurile mele, însă, au mers mai departe. Cred că ceea ce trăise nu fusese o fantezie, ci elemente ale conștiinței lui care construiau arhetipul a ceea ce dorea el să fie în viața următoare. Ceea ce văzuse semăna cu episoadele de moarte clinică ale altora, dar el a mers mai departe, într-un loc de unde putea să vorbească despre conștiința umană și să o vadă înălțându-se către Unicul.



„Vreau să mă duc înapoi acum“, a spus în următoarea noastră ședință, încă entuziasmat de călătoria lui.

„În vieți trecute?“

„Ai priceput. Viitorul a fost minunat. Cât de rău poate fi trecutul? În afară de asta, sunt curios.“

I-am reamintit că deținea control asupra procesului și că, dacă dorea, putea oricând să-l oprească, să modifice experiența, sau chiar să treacă la o viață diferită.

Din nou a intrat ușor în transă și l-am condus spre trecut. Spre surprinderea mea, dat fiind șovinismul lui masculin deranjant, era femeie.

„Sunt o tânără frumoasă, căsătorită cu un om bun. Este – stai să văd când? Secolul al doisprezecelea, al treisprezecelea? Trăiesc într-o comunitate mică din Europa – Europa de est. Am suferit de multe boli în viață și poate acesta este motivul pentru care am devenit vindecător, deși sunt cea mai fericită când mă aflu printre animalele și plantele mele. Când eram însărcinată, am avut scarlatină și mi-am pierdut copilul. Nu mai pot face altul. Acest lucru ne întristează foarte mult și pe mine și pe soțul meu.

Când oamenii se îmbolnăvesc mă cheamă pe mine, pentru că ei știu că atunci când îi ating, sau dacă-i tratez cu ierburile și plantele mele, se fac bine. Uneori, este ca un miracol. Unii oameni mă acceptă și se poartă frumos cu mine și soțul meu, dar cred că cei mai mulți dintre ei se tem de mine. Ei gândesc că sunt vrăjitoare și că am puteri supranaturale.

Ei cred că sunt ciudată sau nebună. Dar nu sunt. Mă simt bine mai degrabă cu animalele și plantele mele, decât cu ei.

Este un bărbat care locuiește într-un sat învecinat. El țipă întotdeauna la mine să plec și îi învață pe copiii din vecinătate să nu se apropie de mine. Dar acum are nevoie de mine și vine să mă ia la el. Soția lui a născut o fetiță moartă – fetiță care a murit exact ca și copilul meu, și acum ea delirează și „arde”. Alerg la el acasă. Soția lui este foarte bolnavă. Nu poate respira bine și are temperatură mare. Îmi pun mâinile pe abdomenul ei, deasupra uterului. Simt o energie familiară care-mi iese din mâini, o izbucnire de energie vindecătoare care se transmite spre ea. Îmi folosesc ierburile și plantele pentru a-i trata febra. Dar nu va merge – *nu va merge!*”

Max se agita la mine în birou. Avea respirația rapidă și pe el se citea durerea. Nu era în pericol în această stare de transă – nimeni nu este – dar el empatiza cu tânăra femeie și cu el însuși, pe măsură ce-și reamintea aceste evenimente vechi.

„Am dreptate”, a spus Max, încă în transă. „Am venit prea târziu. Infecția a învins sistemele de apărare ale sărmanei mame. Ea moare chiar în timp ce energia mea se scurge spre ea. Nimeni n-ar fi putut să o salveze. Este cea mai mare înfrângere a vieții mele.”

Agitația lui Max crește. „Soțul femeii este furios! În tot acest timp, a băut – n-am prea fost atentă la el – și acum este înnebunit, și-a ieșit din minți că și-a pierdut soția, la atât de puțin timp după ce i-a murit copilul. „Tu ai omorât-o, satană! Vrăjitoare!” – urlă el și, înainte de a putea să mă apăr, ridică un cuțit și mi-l înfige în piept. Sunt în șoc. Nu pot să cred. Am o durere ascuțită în piept. Este ca și când cuțitul mi-ar fi intrat în inimă!”

Max se încovoia de durere, dar apoi s-a relaxat brusc.

„Plutesc acum și, când mă uit în jos, îmi văd corpul care zace pe podea în casa acelui om. Este liniște. Pe cer este o lumină aurie, care mă atinge. O lumină vindecătoare.”

L-am adus înapoi în prezent. Max trecuse prin multe în acea sedință. Nu mai era amuzat, dar nici trist. Era gânditor și serios, reflectând la acea viață trăită cu secole în urmă. Știa că era viața lui – că el era acea vindecătoare. Am discutat despre sentimentele lui de

atunci și de acum, durerea fizică, zbulciumul, empatia simțită față de acea mamă pe patul de moarte și față de vindecătoare.

Experiența a fost mult mai emoțională decât cea a cercetătorului de conștiință din viitor.

Dar, am remarcat că acel cercetător i-a oferit lui Max cheia cu care a putut descifra această viață anterioară.

Acum el va putea să folosească această viață din trecut – în special empatia simțită față de lăuză și de vindecător – pentru a-l călăuzi în prezent.

În următoarele săptămâni, schimbările din caracterul lui Max au devenit evidente atât pentru familie, colegi, pacienți cât și pentru mine. Durerea din piept a dispărut, odată ce i-a aflat cauza. El a înțeles că, deși fusese omorât pentru că nu reușise să vindece un pacient în viața anterioară – exact așa cum în această viață el dorea să se „omoare”, când nu reușea – și atunci și acum, pacienții nu mureau din vina lui. El și-a dat seama că poate să-și folosească cunoștințele și priceperea lui de medic pentru a-și ajuta, pe cât posibil, pacienții – dar că nu poate întotdeauna să controleze rezultatul tratamentului. Unii se vor însănătoși, dar alții nu, din cauze independente de priceperea lui.

Anxietatea lui în legătură cu pacienții actuali s-a diminuat în mod constant și apoi a dispărut. Izbucnirile de furie au dispărut și ele. Acum era mai realist în ceea ce privește îndeplinirea îndatoririlor lui, sau ale personalului. Și-a făcut prieteni printre colegi și s-a apropiat de familie. Nu mai avea sentimentele de vinovăție, remușcare sau depresie, care-i chinaseră viața înainte de călătoriile în trecut și în viitor.

Max a păstrat legătura cu mine. Priceperea de a diagnostica și de a trata este, îmi spune el, „mai exactă” de când a fost la terapie. În ultima noastră conversație, a recunoscut că, atunci când ceilalți membri ai personalului nu se uită, pune mâinile pe zona care trebuie vindecată și simte acel flux de energie pe care și-l amintește din viața trăită acum câteva secole.



Capacitatea de a manifesta empatie față de versiunile lor trecute sau viitoare i-a eliberat atât pe Samantha, cât și pe Max de tirania temerilor din viața actuală.

Pentru ei și pentru noi toți, empatia este cheia iertării.

Când simțim o identificare emoțională profundă cu versiunile mai timpurii ale noastre, sau cu manifestările noastre din vieți trecute, putem cântări circumstanțele care au dus la simptomele și judecățile noastre negative din prezent. Atunci când înțelegem impulsurile noastre negative și vedem cauza manifestării lor în noi, putem să ne eliberăm de ele.

Când facem asta, respectul de sine crește și putem să ne privim pe noi înșine într-o lumină mai favorabilă.

Tot așa, empatia este cheia înțelegerii și iertării celorlalți. Cu ajutorul empatiei le putem înțelege temerile, credințele și nevoile. Acestea vor fi deseori asemănătoare cu ale noastre. Îi putem înțelege chiar dacă nu suntem în totalitate de acord cu convingerile lor. Vom ști, la un nivel emoțional profund, care este originea acestora în sufletele lor. A-i urî înseamnă a ne urî pe noi înșine; a-i iubi înseamnă a ne iubi pe noi înșine. Singura cale normală de abordat este să renunțăm la ură.

Empatia vindecă individul și, în același timp, vindecă și lumea. Ea este sora compasiunii și copilul iubirii necondiționate.



CAPITOLUL 3

HUGH ȘI CHITRA: COMPASIUNEA

Compatia și compasiunea sunt deseori folosite ca sinonime, dar ele sunt de fapt două elemente diferite în spiritul uman. Este adevărat că atunci când înțelegi sentimentele celui alt ca pe ale tale și când poți să te pui în locul lui, aproape sigur că-l vei privi cu compasiune.

Dar poți să dai dovadă de compasiune și fără empatie. Poți simți compasiune față de cineva sau chiar față de o insectă sau un animal, chiar dacă nu recunoști sentimentele celui alt în tine însuși. Învățătura budistă ne învață să dăm dovadă de compasiune față de animale și insecte, deoarece toate creaturile vii au suflet și, într-adevăr, se poate ca ele să fi fost oameni în alte vieți și poate vor mai fi. (Nu am descoperit aceste lucruri în munca mea, dar asta nu înseamnă că acest concept nu este adevărat. Poate că oamenii nu-și amintesc viețile în care au făcut parte dintr-o specie diferită.) Astfel, puteți să simțiți compasiune față de un gândac sau față de un urs, fără a-i arăta și empatie, fără a vă pune în locul insectei sau animalului.

Compasiunea vine din inimă și înseamnă a fi bun și binevoitor față de toate viețuitoarele. Christos a manifestat compasiunea într-o foarte mare măsură; din consemnări reiese că și Mohandas Ghandi a fost la fel. Atunci când „inima ți se îndreaptă către cineva“, arăți compasiune. „Actele de bunătate dezinteresate“ despre care vorbesc mulți – îl lași pe cineva să intre în fața ta la o coadă; oferirea locului pe care stai în metrou unei femei însărcinate; oferirea de hrană celor fără locuință – sunt toate exemple de compasiune, dar doar dacă ele izvorăsc dintr-un impuls real de a fi bun și nu pentru că „faci ce se cuvine“, sau ca să aduni „puncte“ în cer.

Compassiunea este ceva mai mult instinctiv, empatia este mai mult intelectuală; ele vin din locuri diferite. Dacă faceți exercițiul „Dialogul cu boala“, descris la Capitolul 3 și vă puneți în locul, să spunem, tatălui vostru abuziv, nu trebuie să simțiți neapărat și compasiune față de el. V-ați putea da seama că: „Tatăl tatălui meu s-a purtat cu fiul lui, la fel cum se poartă el cu mine acum. El a preluat lucrurile marcate de cruzime pe care le-a învățat de la tatăl său, de la societatea în care a trăit și de la semenii lui și mi le-a transmis nedigerate. Simt empatie pentru ceea ce a simțit el, deoarece înțeleg aceste sentimente și, datorită celor aflate, voi întrerupe ciclul de transmitere a unui comportament negativ.“

Acesta este un exercițiu intelectual. Totuși, în mod ideal, chiar și în acest caz extrem al unui tată abuziv, pe măsură ce vă manifestați empatia față de tată, puteți începe să simțiți și compasiune față de el. Poate fi dificil; el s-ar putea să fie la fel de nemilos cu voi ca înainte. Dar el este o ființă umană rănită ca și voi, și această înțelegere ar putea duce atât la o reacție intelectuală, cât și la una ce pleacă din inimă. Dacă reacționați, dacă puteți vedea dincolo de rănilor voastre, veți constata că empatia și compasiunea se contopesc și vă conduc spre destinația finală a tuturor lecțiilor existente pe traseul spre nemurire: iubire spirituală, iubire necondiționată, iubire care este pură și eternă.



„Am auzit că ești renumit pentru un gen de tratament, prin care îi duci pe oameni în viațile lor anterioare. Este adevărat?“

Cel care era la telefon era un bărbat pe nume Hugh și dacă eu eram „renumit“ în domeniul meu, tot așa era și el. Era medium, iar prezența lui la televiziunea locală atrăgea o audiență de mii de persoane – cei mai mulți dintre ei, în speranța de a intra în contact cu persoane iubite care decedaseră.

Eu nu am calități paranormale, decât în măsura în care fiecare dintre noi le are câteodată („intuiția“ care ne face să luăm decizia corectă în afaceri; „siguranța“ care ne face să mergem pe un drum și nu pe altul în viață), dar știu că acestea există. Îi admir pe cei ca John Edward și James Van Praagh, care par să le posedă și să le

folosească pentru a vindeca și am învățat, de multă vreme, să nu denigrez lucrurile pe care nu le înțeleg.

„Am avut succese folosind terapia prin hipnoză regresivă“, am recunoscut. „Te interesează această terapie?“

„Da. Pentru mine.“

A răs nervos. „Domnule medium, vindecă-te pe tine însuși! Se pare că nu suntem în stare să o facem singuri.“

Am stabilit o întâlnire pentru săptămâna următoare, pe care o așteptam cu nerăbdare. Mai tratasem și înainte persoane cu capacități paranormale și am descoperit că toți sunt personalități interesante. Sensibilitatea lor ieșită din comun și deschiderea lor față de conceptul de vieți anterioare îi făcea foarte indicați pentru hipnoza regresivă.

Hugh era un om plăpând, scund și subțire, arătând mult mai puțin impozant decât la singura emisiune cu el, pe care o urmărisem la televizor – aceasta este puterea televiziunii! Fața lui era rumenă de la continua folosire a machiajului, iar hainele lui (pantaloni de in și tricou negru) păreau cu un număr mai mare. Era în mod evident nervos, deoarece privirea lui alerga prin cameră ca licuricii și a trebuit să-și dregă glasul de mai multe ori, înainte de a scoate prima propoziție din gură, deși, după ce a început să vorbească, a fost elocvent.

„Care e problema?“, am întrebat.

„Sunt epuizat. Obosit până în măduva oaselor. Nu este ceva fizic, deși nu fac prea mult sport, ci mental. Mă simt ca și când toți oamenii din lume m-ar urmări, dorind să le fac legătura cu persoanele pe care le-au pierdut. Și sunt atât de solicitanți, de insistenți, de demni, și cererea lor este atât de justificată încât, atunci când spun nu, mă simt vinovat – o vină enormă care cântărește mii de tone. Nu pot să scap de ea.“

Oamenii cu care se întâlnea la piață, sau chiar pe stradă, îi cereau informații sau mesaje de dincolo, dar nu este chiar așa simplu. Nu e ca și când ai forma numărul de telefon al rudei cuiva, ai face un salt dincolo și ai transmite un mesaj la comandă. Îți trebuie energie, putere și timp pentru a munci astfel, și asta îl vlăguia. Pu-

nându-mă în locul lui, îl înțelegeam. Într-o anumită măsură, și eu am fost supus aceluiși gen de asalt bine intenționat; și eu am fost solicitat în restaurante sau în pauzele din timpul seminarelor. Dar oamenii știu că regresia cere timp și înțeleg fără probleme că nu pot să le satisfac cererile. Oamenii păreau să creadă că Hugh putea să acceseze mesajele lăsate pentru ei, în timp ce lua masa. El dorea să ajute – Oh, cât de mult își dorea să-i ajute pe toți!

Faptul că nu putea îl făcea să se simtă inutil și cu fiecare cerere refuzată anxietatea lui creștea.

Avea, mi-a spus, atât calități de clarviziune cât și de clar-audiție – adică, avea capacitatea de a vedea anumite lucruri înainte de a se întâmpla sau la distanță, dincolo de văzul uman și, de asemenea, auzea mesajele care i se spuneau numai lui. Ca marea majoritate a persoanelor cu capacități paranormale, acestea s-au manifestat foarte de timpuriu. Mulți copii, de exemplu, au prieteni imaginari, deseori, pur și simplu, pentru că se simt singuri și duc dorul unui companion. În unele cazuri, însă, prietenii nu sunt deloc imaginari. În cartea *Prin timp, spre vindecare* am scris despre o tânără fată, a cărei mamă nu înțelegea de ce ea nu suferise deloc la moartea bunicii. „De ce să fiu tristă?“, întreba fata. „Tocmai am vorbit cu ea. Stă într-un scaun din camera mea.“

Faptul că bunica i-a spus copilului secrete din copilăria mamei – secrete pe care nu le-ar fi putut descoperi singură – valida cele spuse de ea. Alți copii, care văd accidente sau aud mesaje care se dovedesc adevărate, sporesc dovezile referitoare la fenomenele paranormale. De obicei, capacitățile paranormale ale unui copil dispar înainte ca acesta să împlinească șase ani. Uneori totuși, calitățile nu numai că rămân, dar devin mai puternice.

Asta s-a întâmplat cu Hugh.

„Când eram copil“, mi-a spus, „ceilalți copii credeau că sunt ciudat“. „Asta e o nebunie“ spuneau ei când le povesteam că am văzut o persoană moartă care mi-a vorbit, sau încerca să-i avertizeze asupra vreunui mesaj pe care-l promisem. Uneori, familiile lor le spunea să nu se joace cu mine. Mă făceau să mă simt *nebun*, dar asta nu a făcut ca viziunile sau mesajele să nu mai vină. Prin urmare,

am păstrat totul pentru mine, le-am ascuns de toată lumea. Eram diferit, atunci."

A făcut o pauză și și-a dres glasul. „Și sunt diferit și acum."

Respectul de sine scăzut, pe care-l dezvoltase în copilărie, a continuat să se manifeste și la maturitate și timp de mai multe ședințe am lucrat asupra acestei probleme și asupra altora înrudite cu ea. Dar, știam deja că va trebui să trecem de sensibilitățile copilăriei și să mergem mai în profunzime. I-am sugerat hipnoza regresivă. „De asta sunt aici", a spus, zâmbind.

Hugh a intrat cu ușurință în transă (într-un fel, el făcea asta încă din copilărie). „Văd vehicule zburătoare", a început. „Nu chiar avioane, ci mai mult ca niște mașini care pot zbura, având drept combustibil energie pură. Ele călătoresc printre clădiri lucioase ce se înalță spre cer și sunt făcute din sticlă. Înăuntru, oamenii lucrează la o tehnologie avansată și eu mă număr printre ei, unul dintre cei mai buni și cei mai importanți oameni de știință angajați aici. Scopul este de a face tehnologia mai puternică, pentru a putea modifica toate formele materiale, toată materia existentă pe Pământ și pentru a o controla, pentru a controla comportamentul celorlalți și natura. Nu este pentru a întări binele, ci pentru a domina. Noi, oamenii de știință, lucrăm pentru a domina lumea."

„Interesant", am spus. „Ai mers în viitor." Am început terapia cu Hugh la fel cum începeam hipnoza progresivă cu ceilalți pacienți ai mei, iar el, se pare că înaintase cu milenii în timp, fără a i se sugera. Răspunsul lui m-a surprins: „Nu este deloc în viitor. Nu. Este Atlantida".

Atlantida!

Tărâmul de poveste descris de zeci de scriitori, cel mai cunoscut fiind Edgar Cayce. Ea a existat în urmă cu treizeci sau patruzeci de mii de ani și apoi a dispărut. Atlantida, ai cărei locuitori stăpâneau partea lor de lume deoarece erau singurii care dețineau secretele întregii materii și ale tuturor ființelor vii.

Hugh nu se dusesese în viitor; el era într-o lume care dispăruse cu mult înainte de istoria scrisă.

„Sarcina mea este să-mi schimb nivelul de conștiință și să învăț tehnici de manipulare a energiei pentru a transforma materia”, a spus. Respira repede și era, în mod clar, agitat în rolul jucat în această societate ciudată.

„Să transformi materia folosind energia spiritului?”, am întrebat, cerând lămuriri.

„Da. Cu ajutorul energiei minții.” A ezitat. „Sau, poate, foloseam cristale. Energie cu ajutorul cristalelor. Nu sunt sigur.

Nu este energia produsă de curentul electric – este ceva mai avansat decât asta.”

„Și tu ești un om de știință important.”

„Exact. Pentru asta sunt pregătit.” A devenit trist. „Vreau să obțin putere personală. Înseamnă să-mi suprim latura mea spiritua-lă, dar asta este prețul pe care trebuie să-l plătesc. Poate aș putea să-mi modific nivelul de conștiință la o vibrație chiar mai mare. Astfel aș putea să avansez spiritual, să mă apropii de un loc dincolo de materie, dincolo de timp. Dar nu-mi bat capul cu asta. Ceea ce fa-cem eu și colegii mei este un lucru rău. Scopul nostru este acela de a controla civilizațiile din jurul nostru și reușim. Ne îndeplinim scopul.”

Mi-a fost ușor să-mi închipui cum va fi trecerea în revistă a vieții lui. El și-a regretat acțiunile și și-a dat seama că o luase pe un drum greșit. Dacă și-ar fi folosit mintea superioară – energia minții lui – în scopuri benefice și pline de compasiune și nu pentru putere și mărire personală, el ar fi dus un trai mai bun și mai fericit. Își risi-pise cunoștințele, puterea și, în final, viața.

După ce a plecat, am scris două note:

„Faptul că Hugh a trăit o viață anterioară în Atlantida nu do-vedește în nici un fel existența Atlantidei și nici faptul că eu cred în ea. Aceasta este doar experiența lui și poate că, până la urmă, el ve-dea viitorul. Ar putea fi fantezie. Ar putea fi adevărat. Ce este im-portant e regretul lui că nu și-a folosit capacitățile paranormale în scopuri înalte. Asta se pare că regretă și astăzi. Am impresia că exis-ta un nivel mai înalt de tehnologie la vremea aceea decât acum. Poa-te mulți oameni din acea epocă se reîncarnează în prezent, deoa-rece cunoștințele noastre de tehnologie avansează, din nou, la nive-

lul care exista în acea perioadă străveche, iar noi trebuie să vedem dacă ne-am învățat lecția – este vorba despre conflictul dintre utilizarea puterilor noastre, cu compasiune sau cu egoism. Ultima oară, aproape că am distrus planeta. Acum ce alegere vom face?”

La următoarea ședință de regresie, Hugh s-a văzut în Europa – nu era sigur în ce țară – în Evul Mediu. „Sunt un bărbat voinic cu umeri lați, puternici. Sunt îmbrăcat simplu într-o tunică și cu părul răvășit. Mă adresez unui grup de concetățeni. Ochii mei sunt pătrunzători și cu o privire foarte intensă. Le spun oamenilor că nu trebuie să se ducă la biserică, sau să-i asculte pe preoți, pentru a-l găsi pe Dumnezeu. „Dumnezeu este în voi, în fiecare dintre noi. Nu aveți nevoie de ipociții ăia să vă arate drumul spre El. Fiecare are acces la înțelepciunea divină. Vă voi arăta drumul foarte ușor și veți ieși de sub influența bisericii și a preoților ei aroganți. Ei își vor pierde puterea, iar voi o veți recâștiga pe a voastră.”

Hugh a fost curând luat prizonier de autoritățile bisericești și a fost torturat pentru a retracta cele spuse. Dar el nu a făcut-o, indiferent de cruzimea torturii la care a fost supus. În final, mi-a spus cu groază că a fost, efectiv, rupt în bucăți pe o roată pusă în piața mare a orașului, parțial din cauza furiei preoților, dar și pentru că ei voiau să-l folosească drept exemplu, pentru cei care ar fi cutezat să gândească în moduri periculoase pentru ei.

Într-o scurtă trecere în revistă a acelei vieți, el a făcut legătura cu viața lui trecută din Atlantida, pe care am rezumat-o într-o notă ulterioară:

„Supracompensarea către spiritual – mai degrabă decât motivele egoiste ce ar fi putut apărea ca urmare a vieții lui ca atlant – și cunoașterea posibilităților de atingere a unor niveluri superioare de conștiință l-au făcut pe Hugh să se exprime prea mult în public și să nu acorde atenție suficientă puterii Bisericii Catolice de la acea vreme și eliminării pline de zel a ereticilor, sau a tuturor acelor care atacau puterea Bisericii, chiar și la nivelurile cele mai mici.”

De asemenea, Hugh a făcut legătura și cu viața actuală. „Puterile mele s-au dezvoltat în Atlantida.”, mi-a spus. „Acolo mi-am perfecționat capacitățile de clarviziune, de clauduție și cele tele-

patice“, referindu-se la puterile lui paranormale de a vedea, de a auzi și la puterile minții sale.

„Dar mesajele?“, am întrebat.

„Ele sunt diferite“, a spus repede. „Acestea vin de la spirite.“

„Spirite? Ce vrei să spui?“

„Spirite. Spirite decorporalizate. Nu pot să fiu mai exact.“
Și-a dres glasul. „Ele îmi oferă cunoaștere. Ele îmi spun adevărul.“

O temă familiară – și alți pacienți vorbeau despre spirite – dar am sesizat o diferență. Când a plecat, mi-am notat:

„Spunându-le celorlalți care este originea cunoașterii lui, Hugh încearcă, în mod magic, să împiedice repetarea distrugerii corpului său fizic, ca în Evul Mediu. Cu alte cuvinte, el spunea: „Nu eu spun asta. Pur și simplu, aud de la alții, chiar dacă ei sunt spirite“. Era un gen de dispozitiv de siguranță, deoarece posesia de puteri paranormale este periculoasă. Dar, într-un fel, spiritele l-au împiedicat să acceseze niveluri chiar mai înalte ale conștiinței lui multidimensionale.“

Poate, mă gândeam, el ar putea să-și acceseze aceste niveluri superioare, dacă l-aș progresa în viitor. Era un medium talentat. Ar fi el, oare, chiar mai talentat și mai exact decât ceilalți, dacă ar putea să acceseze ce se află în viitor? Nu era un lucru esențial în tratamentul lui; aflase care era sursa anxietății lui și ajunsese să-și accepte puterile paranormale. Dar eram curios, totuși, să văd ce va descoperi.

Va fi el dispus să meargă în viitor și să mă ia și pe mine cu el? De-abia aștepta.



Poate că Hugh a mers prea adânc.

Părea că trăiește două incursiuni simultan, una în viitor și alta în niveluri de conștiință din ce în ce mai înalte, spre lumi și dimensiuni situate deasupra și dincolo de aceasta.

„Următorul nivel, cel situat imediat deasupra nivelului nostru, nu este la fel de dens ca cel pe care-l cunoaștem“, mi-a spus cu o voce plină de surprindere. „Se pătrunde cu greu aici. Drumul este plin de pericole, dar când ajungem, suntem mai mult mental decât fizic. Toți sunt telepați. Există o vibrație mai înaltă. Corpurile noastre sunt mai ușoare. Deplasarea se face mai ușor.“

Într-un fel, este ca Atlantida pe care o descriesese în prima lui regresie. Dar asta nu era totul.

„Mă înalț din ce în ce mai mult. La diferitele niveluri prin care trec există modificări în calitatea luminii. Nu pot să descriu. Devine mai luminoasă, dar mai blândă. Nu are o culoare anume, sau are toate culorile. Duce către dimensiuni aflate dincolo de lumină și dincolo de unde ar putea ajunge gândul. Acest nivel este de neînțeles pentru mintea umană. Și continui să urc. Nu există sfârșit. Trec dincolo de infinit și, dacă este posibil, chiar mai departe.“

Amândoi am avut senzația că acestea erau locuri pozitive caracterizate de mult calm și frumusețe, deși *frumusețe* este un cuvânt prea banal. Descrierea lui Hugh stătea mai mult în expresia lui, decât în cuvinte. Ceea ce vedea depășea capacitatea lui de exprimare în cuvinte, iar frumusețea senină a feței lui, care nu mai era trasă, era lucrul cel mai elocvent.

Viitorul pe care-l descria nu era viitorul lui personal, era unul general. (Mai târziu, când am început să aplic hipnoza progresivă pe grupuri – la seminarele mele – am constatat că acest lucru se întâmplă în mod obișnuit, așa cum voi descrie în capitolul final.)

„Călătoria este ca un avion care decolează pe furtună“, a spus Hugh. „Se face din ce în ce mai întuneric, pe măsură ce te îndrepti către plafonul de nori. Există turbulențe, frică și anxietate. Dar apoi, străpungem pătura de nori și trecem în partea cealaltă într-un cer sclipitor, unde găsim multe nuanțe de albastru, luminate de un soare de un auriu incandescent. Este nevoie de mulți ani, multe secole pentru a trece prin norii care devin, din ce în ce mai amenințători, odată cu trecerea anilor. Ei sunt norii de tragedii și calamități care vor asalta civilizația noastră. Dar, într-un final, în opt sute sau o mie de ani, poate mai mult, norii se vor risipi, turbulențele vor dispărea și va exista o atmosferă de pace, înălțare și siguranță.“

S-a aplecat înainte, confesându-mi-se în această stare de hipnoză. „Oamenii de dincolo de furtună au capacități mentale și paranormale cu mult peste ceea ce posed eu în prezent. Ei sunt telepați.“ Vocea lui era mai mult o șoaptă. „Ei pot accesa întreaga cunoaștere. Ei sunt omnipotenți din punct de vedere mental.“

Poate Hugh descria conceptul lui Carl Jung de inconștient colectiv, sau ceea ce religiile estice numesc Dosarele Akashice.

Aici se depozitează înregistrările tuturor acțiunilor, la detalii de minute, și ale tuturor gândurilor, oricât de neînsemnate, ale întregii omeniri. Oamenii cu capacități deosebite le pot accesa, pentru a afla gândurile și visele altor oameni, m-am gândit. Pentru asta le-a spus el ce le-a spus oamenilor din orașul acela din Evul Mediu. Și în această viziune despre viitor el stăpânise ceea ce căutau atlanții. Ei puteau transforma materia în energie și energia în materie, și puteau transforma particulele elementare una în cealaltă, stăpânind energia conștiinței. Pe vremea Atlantidei această putere era folosită în scopuri negative. În Evul Mediu, deși Hugh nu a specificat asta, alchimistii încercau să transforme mineralele comune în aur. În viitorul pe care l-a văzut Hugh, toți erau alchimisti, dar ei își foloseau puterile în scopuri benefice. Ei trecuseră de nori, ieșind în cerul albastru și în lumina aurie.

Cred că incursiunea lui Hugh este o metaforă pentru trecerea noastră de la fizic la spiritual, iar el părea să fi reușit asta în viitorul îndepărtat. Poate noi toți, cei care rămân după „tragedii și calamități”, vom face la fel. Ceea ce a adus înapoi cu el din viitor este următorul lucru: În perioada pe care a văzut-o, corpul fizic se putea schimba. Oamenii ar putea să iasă și să intre în corp la dorință. Ei ar putea avea experiențe extracorporale, ori de câte ori și-ar fi dorit. Nici chiar moartea nu mai era ce părea să fie. Nu mai existau boli: Bolile mentale și fizice dispăruseră, deoarece oamenii au învățat cum să repare rupturile energetice care provoacă boli în dimensiunile fizice.

Am reușit să înțeleg de ce această progresie a urmat un drum dublu. În final, viitorul s-a curbat din ce în ce mai mult, devenind din ce în ce mai sublim, până când s-a unit cu cealaltă progresie a nivelurilor superioare de conștiință – dimensiunile sau lumile superioare pe care Hugh le-a văzut în cealaltă viziune în viitor. Cu alte cuvinte, chiar dacă mergea în două direcții, el se îndrepta spre aceeași destinație. În prima călătorie, el s-a dus direct la nivelurile superioare de conștiință. În cea de-a doua, el a mers în viețile vi-

itoare de aici, de pe această planetă. Ambele variante de viitor vor ajunge, în final, la cele mai înalte dimensiuni și se vor întâlni într-un anumit punct al traseului lor. Variantele noastre de viitor, spunea el, sunt ca șinele de cale ferată, care conduc întotdeauna către calea principală. Indiferent de calea pe care o alegem, toți mergem în același loc, și acest loc este o bucurie ce nu se poate exprima în cuvinte și care depășește înțelegerea omenească.

În viața actuală, Hugh nu se mai simte diferit, deoarece știe că toți posedăm aceste talente, deși în majoritatea dintre noi ele sunt în stare latentă. El se simte mai bine în pielea lui și privilegiat, pentru că i s-a permis să întrezărească lumile superioare. Munca lui a devenit mai clară pentru el și pare să primească informații de pe niveluri mai înalte acum. El nu mai atribuie cunoașterea pe care o posedă „spiritelor discrete și externe“, din cauza fricii aduse în această viață din Evul Mediu. Știe că puterea este în el. Este mai fericit și aceasta este cea mai bună măsură a progresului său.

Claritatea informațiilor primite se reflectă în claritatea intenției lui de a-i ajuta pe ceilalți, în dorința lui de a transforma deznădejdea în speranță, chiar și în propria lui viață. El a devenit alchimistul care și-a propus să fie cu milenii în urmă.

Am inclus povestea lui în discursul meu despre compasiune nu pentru că ar fi avut nevoie să învețe acest sentiment în drumul lui spre nemurire, ci pentru că îl avea din abundență și chiar mai mult. Iubea și suferea pentru toți cei care apelau la el și astfel, oferea prea mult din el însuși. Fără compasiune, nimeni nu poate să se înalte spre planurile superioare în viețile ce vor urma dar, ca toate virtuțile luate în discuție în această carte, ea este doar parte dintr-un întreg. Trebuie să învățăm să dăm dovadă de compasiune atât față de alții cât și față de noi înșine.



Chitra, treizeci și cinci de ani, oferea și ea compasiune fără a fi recompensată. Cercetător în biologie moleculară, își petrecea zilele în laborator și serile cu mama ei bolnavă și pretentioasă cu care locuia de zece ani. Nu avea timp pentru o viață socială sau, mai bine zis, pentru nici un fel de viață personală.

Era ultimul copil al unei familii de indieni, care veniseră în America când Chitra era mică și, conform tradiției hinduse în care a fost crescută, ea era cea care trebuia să aibă grijă de mamă la bătrânețe. Nu erau responsabili pentru asta nici fratele, nici cumnata ei și nici sora ei mai mare care era căsătorită și avea doi copii. Chitra fusese căsătorită cu un bărbat mult mai bătrân decât ea – o căsătorie aranjată – dar soțul ei murise, lăsând-o fără nici un copil.

Drept urmare, se cuvenea ca ea să aibă grijă de mama ei.

Când a venit la mine, mi s-a plâns că dependența și protecția exagerată a mamei o sufocau; de fapt, respira cu greu și vorbea cu greutate. Hindusa era limba ei maternă, dar vorbea fluent engleza, ca și mama sa. Se îmbrăca doar în *sari* și doar la serviciu purta blugi și tricou pe sub halat. Era un amestec curios și fermecător între două culturi, deși mă îndoiesc că era prea veselă. Vechea cultură o împiedica să se bucure de cea nouă.

Mulți hinduși cred în reîncarnare, dar pentru ei aceasta este o credință intelectuală ce face parte din religia lor. Folosirea ei ca metodă terapeutică este aproape necunoscută. Poate Chitra credea sau nu în existența unor vieți trecute; a fost reticentă când am abordat subiectul. Dar a acceptat imediat regresia. După două săptămâni, în care am practicat tehnici de relaxare și hipnoză, a putut să intre într-o stare moderată de transă. Impresiile ei erau neclare, iar vorbirea era întreruptă.

„Sunt în India ... prostituată, dar nu chiar prostituată ... călătoresc împreună cu armata care se luptă cu inamicii mei ... nu știu anul. Nu cu mult timp în urmă ... mi se spune că soldații au nevoie de mine. Ei sunt foarte importanți. Este armata mea, poporul meu. Trebuie să aibă cineva grijă de ei ... să-i hrănească ... să le satisfacă nevoile sexuale. *Urăsc* ceea ce trebuie să fac. Mă văd murind. Sunt încă foarte tânără. Da, mor ... dând naștere unui copil.”

Asta a fost tot. Când și-a analizat viața, și-a dat seama că nu-și dorea să fie într-un asemenea loc. A-i ajuta pe soldați să se lupte cu inamicii Indiei nu reprezenta deloc un bine mai înalt. Era un obicei conceput de bărbații egoiști și tirani, iar ea ca femeie se simțea prinsă în capcană, osândită.

A doua regresie a fost la fel de scurtă. „Sunt femeie ... veșminte de sacrificiu. Trebuie să fiu omorâtă pentru a asigura obținerea unei recolte bune. Poate moartea mea îmi va proteja poporul de dușmani ... de dezastre naturale. Mi se spune că este o mare onoare să mori. Că eu și familia mea vom fi răsplătiți în viața de după moarte. Am o sabie deasupra capului, abia mă lovește.“

În ambele cazuri a avut probleme cu respirația și, de fiecare dată, am adus-o repede înapoi, în prezent. Chitra trebuia să învețe din toate aceste vieți, dar nu a fost nevoie de multe detalii. Ea a mers direct la traume și, când am discutat despre ele, și-a dat seama că violența este opusul conceptelor spirituale. Promisiunile de recompense ulterioare erau minciuni spuse în folosul generalilor sau a vârstnicilor religioși, a căror putere se baza pe ignoranță, înșelăciune și teamă.

Am descoperit legătura dintre cele două vieți și importanța lor pentru situația actuală a Chitrei: În ambele regresii fusese forțată să-și sacrifice propria viață, propriile țeluri, propria fericire pentru un bine „superior“. Și, în consecință, sacrificiul a omorât-o, la fel cum o omora și acum.



Mama Chitrei și-a amintit și ea o secvență dintr-o viață anterioară, deși nu a venit niciodată la cabinetul meu. Entuziasmată de ceea ce făceam, Chitra a dus acasă CD-urile mele de hipnoză regresivă și exersa în continuare – asta îi sfătuiesc pe toți pacienții mei să facă. Mama ei, ascultând, s-a văzut ca tânără soție în India, cu trei sute de ani în urmă. În acea viață, Chitra era soțul mult iubit al mamei ei, centrul existenței sale. Dar curând, bărbatul a murit, probabil din cauza mușcăturii unui șarpe veninos.

Când mama Chitrei a revenit în prezent, a înțeles că se agățase de Chitra, fiica ei, căreia i-a explicat că asta era reacția la pierderea suferită cu secole în urmă.

- Dependența și grija excesivă a mamei ei – și-a dat seama Chitra – își avea rădăcinile nu în această viață, ci în alta, și a putut să devină mai iertătoare.

Mama ei a început să se schimbe. Încet, încet – deoarece încerca să se lupte cu un comportament dezvoltat în ani de zile – a devenit mai puțin posesivă, mai puțin protectoare cu Chitra.

A început să accepte ideea de a-și petrece timpul și cu ceilalți copii, și era chiar dispusă să o lase pe Chitra să înceapă o viață socială, în ciuda faptului că era posibil să intre într-o relație care ar fi venit în conflict cu dependența ei.

Acest lucru a dus, la rândul lui, la o îmbunătățire a aspectului exterior al Chitrei. Pentru prima dată, ea putea să se uite înainte fără teamă și m-a lăsat să o duc în viitor. Din câte am înțeles eu, Chitra a trăit experiența a trei vieți viitoare într-o singură progresie. În prima s-a văzut ca mamă și sprijin principal al unui copil cu grave probleme musculare, osoase și neurologice.

Dinamica familiei cerea ca ea să-și petreacă marea majoritate a timpului și a energiei cu fițița, iar recompensa era mică. Soțul ei din acea viață se izolase din punct de vedere emoțional, iar uneori chiar și fizic; pur și simplu, nu putea accepta tragedia. Astfel, fluxul de compasiune, iubire și energie părea să fie direcționat în mod exclusiv în afară – Chitra oferea, dar nu primea niciodată.

În a doua viață viitoare, Chitra suferise răni fizice grave într-un accident de mașină. „Nu o puteai numi chiar mașină“, mi-a spus. „Era ceva mai mult ca un cilindru zburător uriaș cu ferestre. Oricum, a apărut o defecțiune la calculator și *poc!* – s-a lovit frontal de un copac.“ Chitra era paralizată și a fost nevoie de o perioadă de recuperare fizică și psihologică extensivă. „Nivelul tehnicii medicale este avansat“, a spus ea cu o oarecare satisfacție, „dar regenerarea țesutului sistemului nervos – atât în cazul creierului cât și al măduvei spinării – a durat mai mult de un an.“

Chitra a zâmbit. „Personalul spitalului a fost extraordinar, dar recuperarea a fost foarte dificilă. Nu știu ce m-aș fi făcut fără iubirea familiei – am un soț care mă adoră și doi băieți și o fată – și a prietenilor mei. Și florile! Oamenii spuneau că în camera mea este ca în Grădina lui Allah.“

Aici, era exact opusul primei vieți. Din nou, compasiunea, iubirea și energia erau oferite unidirecțional, dar de data aceasta spre Chitra.

În al treilea viitor, Chitra era chirurg, specializată în ortopedie și neurologie. „Lucrez cu baghete sau cristale”, mi-a explicat, atunci când am observat cât de neobișnuit era să fii specializat în domenii atât de diferite.

„Ele emit o lumină, o energie, care are un efect de vindecare remarcabil, fie că este vorba de oase, fie de creier.

De asemenea, ele emit o energie sonoră care ajută la regenerarea mușchilor, membrelor și a ligamentelor.”

Chitra avea satisfacții foarte mari, ca rezultat al cunoașterii și priceperii ei. De asemenea, existau reacții pozitive nu doar de la pacienții ei și familiile lor, ci și de la colegii ei de breaslă. Viața ei de familie era și ea fericită și înfloritoare. În această viață părea să fi ajuns la echilibrul potrivit dintre a da și a primi. Era capabilă să iubească atât pe alții cât și pe ea însăși.

Chitra mi-a spus că a analizat această a treia viață dintr-o perspectivă superioară, ceea ce înseamnă că se ridicase la un nou nivel. Era încă în stare de hipnoză când a spus asta, iar apoi, s-a oprit brusc. „Nu știu cum se va sfârși această viață. Este derutant. Pur și simplu, va trebui să plec. Acum!” Ca întotdeauna, nu era persoana care să piardă timpul în vieți trecute sau viitoare.

Dintr-o dată, era înapoi în prezent, animată și stimulată de călătoriile ei. „Toate viețile, trecute și viitoare, sunt legate între ele”, mi-a explicat, „exact ca și această viață cu cea pe care a descris-o mama. Ceea ce trebuie să fac este să echilibrez compasiunea și iubirea, care trebuie atât primite cât și date.” Hotărârea ei era palpabilă. „Nu-mi voi mai sacrifica niciodată planurile mele de viață – din motive culturale, circumstanțe individuale, sau vinovăție”, a spus. Acum putea să-și exprime mânia și resentimentele față de mama și frații ei, pentru că au pus-o în situația de a se simți prinsă ca într-o capcană în rolul de îngrijitor unic al mamei lor – în pofida tabuurilor culturale care-i interziceau această împotrăvire – și astfel, s-a eliberat.

Am mers înapoi la cea de-a treia viață viitoare și de data aceasta a putut să-i vadă sfârșitul: moarte la bătrânețe din cauze naturale. În momentul de trecere în revistă a vieții, semnificația care mie îmi scăpase a fost clară pentru ea. „Cele trei vieți viitoare nu au fost succesive sau liniare“, mi-a explicat. „Ele sunt manifestări ale unor alternative probabile de viitor, în funcție de ceea ce fac în această viață.“

Într-un fel, ele reprezentau alternative de viitor paralele care se desfășurau simultan; viața care va urma se va naște din ceea ce va conține restul vieții ei actuale. De fapt, exista „o multitudine de alternative de viitor posibile“, mi-a spus, „toate variații ale celor trei menționate. Și nu doar conștiința mea, dar și gândurile și acțiunile întregii populații umane vor juca un rol în modelarea alternativei ce se va desfășura în mod efectiv. Dacă noi adoptăm în mod conștient compasiunea, empatia, iubirea, răbdarea și iertarea, viitorul va fi incredibil de diferit față de alternativa în care nu vom face asta.“

Limbajul ei era, în mod evident, schimbat. Nu mai vorbea în propoziții scurte, trunchiate. Cuvintele și ideile ei mai sofisticate reflectau legătura cu un nivel superior de conștiință. Această tânără înțeleaptă avea multe să mă învețe.

„Avem mult mai multă putere pentru a ne influența, în mod pozitiv, atât viețile noastre viitoare individuale cât și viitorul vieții noastre actuale, decât pentru a influența viitorul planetar sau colectiv“, mi-am notat după ce a plecat. „Dar viitorul nostru individual se exprimă în cadrul viitorului colectiv, iar acțiunile fiecăruia dintre noi vor determina pe care dintre miriadele de alternative de viitor posibile o vom trăi. Dacă Chitra va continua să rămână blocată în tiparul familial prezent, atunci s-ar putea să fie nevoită să trăiască viitorul victimei paralizate, forțată să primească iubire. Dacă va renunța la el, încheind abrupt relația cu mama ei, abandonând-o fără a ajunge la un compromis acceptabil, s-ar putea să vină înapoi sub forma mamei cu copilul foarte bolnav. Deoarece acesta este mecanismul: Ne confruntăm cu situații similare iar și iar, pe măsură ce încercăm să învățăm cum să stabilim un echilibru între a da și a primi, între sacrificiu și compasiunea pentru noi – până ajungem la starea de

armonie. Datorită celor aflate și recunoscând necesitatea stabilirii acestui echilibru, Chitra va reveni ca medic chirurg ortoped/neurolog, dar se va putea naște într-o lume cu mai multă sau cu mai puțină violență, cu mai multă sau cu mai puțină compasiune și iubire, în funcție de armonia la care ajung ceilalți. Dacă suficient de mulți dintre noi ar putea, cumva, să ridice conștiința umanității – dacă ne putem angaja să schimbăm viitorul prin îmbunătățirea viitorului nostru individual – atunci putem efectiv să schimbăm viitorul întregii lumi și al tuturor locuitorilor ei.



Compasiunea, cum v-am spus, este înrudită cu empatia. De asemenea, este înrudită cu iubirea, prin faptul că vine din inimă, exact la fel ca și iubirea. Trei exerciții simple vă vor ajuta să ajungeți în acel loc din inima voastră unde compasiunea, empatia și iubirea coexistă, la fel ca și exercițiul psihometric descris în Capitolul 3.

O lacrimă de bucurie

Relaxați-vă, folosind aceeași metodă ca cea descrisă în Capitolul 3. În stare relaxată, amintiți-vă un moment din viața voastră când v-a curs o lacrimă de bucurie. (Poate aveți mai multe amintiri de acest gen.) Nu mă refer la momentul în care ați câștigat la Loto, sau când echipa preferată de fotbal a câștigat cupa; mă refer la un moment din viața voastră asociat cu iubirea. Poate fi atunci când cineva v-a făcut un bine în mod neașteptat – s-a oferit să aibă grijă de copiii voștri pentru ca, împreună cu partenerul, să vă puteți petrece un weekend în doi, sau v-au vizitat când erați bolnavi. Sau poate fi atunci când voi ați făcut o faptă bună față de cineva, o acțiune plecată nu dintr-un simț al responsabilității, ci din inimă.

Ideea este că cel care a dăruit ceva – voi, sau un prieten, sau un străin – a acționat din compasiune, fără a aștepta nici o răsplată. Cu cât faceți mai mult acest exercițiu, cu atât veți asocia între ele mai multe momente de compasiune și tot mai ușor va curge lacrima după lacrimă. Rememorarea momentelor de compasiune vă va mări

capacitatea de a simți bucurie, fericire și va duce la și mai multe acte de compasiune.

Starea de interconexiune

În stare de relaxare, uitați-vă în ochii cuiva. Dacă observați că persoana vă privește, este ceva normal, așa că mergeți mai adânc. Uitați-vă la ce se află dincolo de suprafața ochilor. Încercați să vedeți *sufletul* care se uită la voi și, dacă-l găsiți, veți vedea că o persoană este mult mai mult decât un corp fizic.

Veți ști că toți oamenii au un suflet ca și voi, și că sufletul vostru este conectat la al lor.

Dacă vă vedeți sufletul cum privește la celălalt, înseamnă că ați ajuns la un nivel mai profund, deoarece vedeți că suntem toți alcătuiți din aceeași substanță și dintr-un singur suflet.

Cum este atunci posibil să nu simți compasiune, deoarece dacă te comporți omeneste cu cineva, asta nu înseamnă oare că te porți așa cu tine însuși? Iubind pe altcineva, nu te iubești pe tine?

Umanitatea celorlalți

O variantă a exercițiului de mai sus este să vizualizezi umanitatea altor oameni – prieteni, rude sau străini. Ei nu sunt doar un nume sau o trăsătură („Mătușa Maude vorbește întruna“, „Omul ăla fără adăpost este jegos!“), ei sunt ființe multidimensionale, alcătuite dintr-un complex de factori, la fel ca și voi. Ei au mame, tați, copii și persoane dragi. Nu contează naționalitatea lor, sau dacă pretind că vă sunt dușmani. Și ei au sentimente cum ar fi bucuria, iubirea, teama, anxietatea, deznădejdea și suferința exact ca mine și ca voi. Și ei au fost copii odată, râzând și jucându-se cu mingiile lor, cu păpușile lor, cu animalele lor preferate, cu jocurile lor, într-o vreme când aveau încredere.

Una dintre metodele mele de tratament este să le sugerez pacienților să-și vizualizeze dușmanii, persoanele pe care le urăsc sau pe care sunt supărați, sub formă de copii. Țsta este doar începutul. Vizualizați-i ca tineri îndrăgostiți, ca părinți, ca oameni care au

câștigat și care au pierdut, care cunosc nașterea și moartea, victoria și tragedia. Vedeți efectiv detaliile. Individualizați-le.

Făcând asta, nu îi veți vedea doar ca pe un grup, ci ca pe niște indivizi care au trăit tot ce ați trăit și voi. Este ușor să urăști grupuri, deoarece ele nu au calități individuale. Dacă urmați acest exercițiu, veți renunța la ură, deoarece este mai greu să urăști oameni ca tine și este imposibil să urăști suflete. Am simțit compasiune față de acel soldat rus, omul de care trebuia să-mi fie teamă. Mi-am dat seama că și el avea suflet

Sufletul lui era și al meu.



Compasiunea și empatia nu se învață peste noapte; lecțiile vieții nu sunt niciodată simple. Pe măsură ce ne înălțăm către nemurire, trebuie să intre în joc și un alt factor: răbdarea.



CAPITOLUL 6

PAUL: RĂBDAREA ȘI ÎNȚELEGEREA

Budiștii au o expresie: „Nu împinge apa râului, oricum el va curge în propriul său ritm”.

Din motive de evoluție spirituală, este bine să privim timpul ca pe un râu, deși nu ar trebui să-l măsurăm cronologic, așa cum facem acum, ci în lecții învățate pe drumul nostru către nemurire. Deci, nu forțați râul timpului. Nu veți reuși decât să stropiți în jur fără rost; adică, vă puteți lupta cu curentul, sau puteți să plutiți liniștit odată cu el. Nerăbdarea ne fură bucuria, liniștea sufletească și fericirea. Știm ce vrem și vrem acum. Nicăieri nu se vede mai bine acest lucru decât în America secolului al XXI-lea. Dar nu așa funcționează universul. Lucrurile intră în viața noastră atunci când suntem pregătiți. Înainte de a ne naște, ne uităm la peisajul vieții următoare, doar pentru a-l uita după ce venim pe lume. Ne grăbim în prezent, preocupați să reparăm momentul actual, dar ca adulți va trebui să recunoaștem că există o vreme pentru toate.

De exemplu, de ce a apărut Catherine în viața mea în acel an și nu cu doi ani înainte sau mai târziu?

Și de ce, când am întrebat-o de viitor, mi-a spus: „Nu acum”?

După ce a apărut *Doar iubirea este reală*, cartea mea despre suflete pereche, am primit o scrisoare de la o doamnă care spunea: „Ei bine, mi-am întâlnit sufletul pereche, dar acum sunt căsătorită. Am trei copii. El este căsătorit și are doi copii.

De ce nu ne-am întâlnit când eram adolescenți?”

Deoarece destinul avea un alt plan.

Ei *trebuiau* să se întâlnească mai târziu. Oamenii intră în viațile noastre, la un anumit moment, din diferite motive, în funcție de lecțiile pe care trebuie să le învățăm. Nu este o coincidență faptul că nu s-au întâlnit la o vârstă la care nu aveau alte responsabilități. Cred că motivul pentru care oamenii se întâlnesc mai târziu este acela de a învăța despre iubire, în multe feluri diferite, și despre cum trebuie ea echilibrată cu responsabilitate și angajament. Ei se vor întâlni din nou într-o altă viață.

Trebuie să aibă răbdare.

Una dintre paciente s-a sinucis într-o viață anterioară deoarece soțul ei, sergent în Primul Război Mondial, fusese dat dispărut și ea era sigură că el murise.

De fapt, el fusese luat prizonier și a revenit în America după război, doar pentru a afla de soarta soției sale. În viața ei actuală și în cele care vor urma, această femeie va învăța ce este răbdarea, dacă își va aminti de lecția primită în cea anterioară.

Niște prieteni de-ai mei, prieteni încă din liceu, au mers fiecare pe drumul lui, ajungând amândoi în căsnicii nefericite. Când s-au întâlnit din nou, patruzeci de ani mai târziu, au divorțat de partenerul lor și s-au căsătorit. A fost ca și când nu trecuse nici un minut. Aveau aceleași sentimente, la aceeași intensitate. Am făcut regresii cu amândoi, iar ei fuseseră împreună și în vieți anterioare.

Această asociere se întâmplă foarte des în a doua parte a vieții, la oamenii care au fost împreună în viețile trecute. Cheia nu este atât răbdarea fizică cât cea psihologică. După cum măsurăm noi timpul, el poate trece repede sau încet. Tom Brady, apărător al echipei de fotbal New England Patriots, crede că un minut este suficient pentru a provoca o schimbare favorabilă de scor. Când sunt blocat în trafic, mi se pare o eternitate. Dar, dacă acceptăm ideea că timpul este un râu care curge la nesfârșit, nerăbdarea dispare. „Nu vreau să mor încă“, îmi spune un pacient. „Mai sunt multe lucruri pe care doresc să le fac.“

Da, dar va avea la dispoziție o eternitate pentru a le face.

Răbdarea este înrudită cu înțelegerea deoarece, cu cât înțelegi mai bine o persoană, o situație sau o experiență – sau pe tine însuși –

cu atât este mai puțin probabil să reacționezi impulsiv și să faci ceva dăunător ție sau altora. Să spunem că partenerul vostru de viață vine acasă și țipă la voi pentru ceva minor – poate ați uitat să scoateți câțelul la plimbare sau să cumpărați lapte. Reacția impulsivă este de a țipa la rândul vostru. Dar, *aveți răbdare! Înțelegeți!* Poate mânia manifestată de el nu are nimic de-a face cu voi, ci este rezultatul unei zile proaste la serviciu, simptomele incipiente ale unei răceli, o migrenă, o alergie sau chiar proastă dispoziție. Pentru partener, voi sunteți o persoană sigură; el sau ea poate să-și verse nervii pe dumneavoastră știind că nimic grav nu se va întâmpla, chiar dacă vă veți enerva. Dar, dacă aveți răbdare, ați putea să ajungeți la originea acestei mâinii și, apoi, să o eliminați.

Dacă reacția voastră se bazează pe răbdare și înțelegeți că există un motiv ascuns în spatele acestei izbucniri, atunci nu este mare lucru să reinstaurați armonia casnică.

Veți avea nevoie de capacitatea de a vă detașa, de a privi de la distanță, de a ajunge la o perspectivă superioară pentru a putea face asta. Așa cum veți învăța în Capitolul 8, meditația și contemplarea sunt ajutoarele răbdării, deoarece ele vă ajută să obțineți detașarea. Pe măsură ce vă veți dezvolta capacitatea de a rămâne tăcut, de a asculta, ca și capacitatea de introspecție, se va dezvolta în mod natural și răbdarea. Dacă națiunile ar fi puțin mai răbdătoare, ar exista mai puține războaie, pentru că ar exista mai mult timp pentru diplomație, pentru dialog și din nou, pentru înțelegere. Națiunile caută rareori să fie răbdătoare, dar oamenii ar trebui să fie. Dacă vă educați să vă dezvoltați răbdarea, veți recunoaște importanța ei atunci când o veți avea și veți avansa pe calea spirituală către nemurire.

Uneori, totuși, va trebui să așteptați până când veți vedea viitorul, pentru a vă da seama pe deplin de puterea ei.

Nu e nici o o îndoială că Paul avea bani. Făcuse o avere, cu sistemele de drenaj din cupru pentru locuințele de la malul mării, și o investise cu înțelepciune. Dar, așa cum mi-a spus în prima noastră ședință, banii nu-l încântau cu nimic și se simțea ca un ratat. Fata lui de douăzeci și doi de ani, Alison, avea leucemie, iar șansele ei de

recuperare erau, după cum s-a exprimat, „slabe, dacă nu chiar minime“. Cu banii lui îi putea plăti pe cei mai buni doctori, putea cumpăra cele mai bune medicamente și sfaturile cele mai competente – dar nu și miracole. Era deseori abătut și considera că viața lui era inutilă, în pofida succesului lui financiar.

De obicei, fac istoricul unui pacient într-o ședință sau chiar mai puțin. Cu Paul mi-au trebuit două, nu doar pentru că povestea era atât de complicată, dar și pentru faptul că îmi relata fără tragere de inimă. Avea cincizeci de ani, era înalt, într-o formă fizică bună, cu părul grizonat. Ochiul lui albaștri mă priveau cu o sinceritate pe care o poți vedea doar la oamenii care nu au nimic de ascuns, sau la escroci. În cazul lui Paul, suspectam a doua posibilitate. (S-a dovedit mai târziu că se înșela pe el însuși, nu pe mine.) Zâmbetul îi era larg, dinții albi, fața perfect bronzată și cu unghii îngrijite. Purta o bluză sport albă Ralph Lauren, pantaloni albi la dungă și sandale din piele, de invidiat.

„Nu sunt sigur că ar trebui să fiu aici“, mi-a spus când ne strângeam mâinile și l-am privit pentru prima oară în ochi.

„Mulți sunt de această părere. Psihiatria poate părea respingătoare. Cine vrea să-și dezvăluie sufletul unui străin? În afară de asta, oameni cred, în mod incorect, că există o oarecare tentă de magie în ceea ce fac.“

„Magie. Exact. Și – iartă-mă dacă sunt nepoliticos – chestia asta cu regresia în vieți trecute ...“

„Ciudată“, am aprobat, zâmbind. „Mi-au trebuit mulți ani să cred că unii pacienți nu inventau cumva aceste povești, în pofida dovezilor ce-mi demonstau contrariul. Dar te asigur că nu am puteri magice și că, indiferent dacă unii dintre pacienții mei inventau, starea lor de sănătate tot s-a îmbunătățit.“

A părut că acceptă asta, deoarece a dat din cap a încuviințare, s-a așezat în fața mea și mi-a povestit despre Alison.

„Mi-e teamă că soția, cealaltă fiică a mea și fiul meu – toți trei – îi sabotează tratamentul“, a spus, mai mult distant decât supărat.

„În ce fel?“

„Alison este vegetariană, dar are nevoie de carne pentru a-și păstra puterile. În schimb, familia mea o încurajează să ia polivitamine și minerale și să mănânce – lisuse! – roșii și germeni de grâu. De asemenea, face yoga și meditație. Cred că este în regulă, nu poate să-i facă rău – dar ei vor să fiu de acord cu asta.”

„Pur și simplu, ei adoptă un mod holistic de a rezolva problema”, am spus cu blândețe.

„Ei bine, vreau ca ei să adopte metoda mea.”

„Care este?”

„Medicina agresivă. Radiații. Chimioterapie. Genul ăsta.”

„Se tratează și astfel?”

„Bineînțeles. La insistența mea. Eu sunt șeful. Dar să-și piardă timpul cu toate aiurelile alea – să creadă că ele o vor vindeca – este o nebunie. I-am cerut să înceteze, dar nu vrea.” Și-a lăsat capul în jos către mâini și și-a masat ochii. „Nu m-a ascultat încă de când învăța să meargă.”

„Dar ceilalți copii? Ei te-au ascultat?”

„Da. Buni ca pâinea caldă. Întotdeauna. Și soția mea. Așa va fi totdeauna.”

Începeam să o admir pe Alison. „Neascultarea” ei semăna a curaj. Era, probabil, singura din familie care-l înfruntase.

Poate este așa de supărat pentru că ceilalți sunt, pentru prima dată, de partea ei.

„Există o controversă majoră în ceea ce privește medicina holistică”, i-am spus. „Marile civilizații, cum ar fi cea chineză, au încredere în ea. Ei cred ...”

„În acupunctură!” aproape că țipa. „Încearcă și asta.

Și copiii – da, și soția mea – sunt de acord cu asta.”

Consider că unele forme de medicină holistică sunt eficiente, în special când sunt folosite în combinație cu tratamentul medical clasic. Am spus: „Atâta vreme cât beneficiază de un tratament medical corespunzător, de ce ești supărat? Știi, speranța este un factor important în procesul de însănătoșire. Dacă ea consideră că acupunctura îi este de ajutor, este suficient.”

„Cred că da”, a bombănit. A plecat, evident nemulțumit.

Mă întrebam dacă va mai veni, dar a venit la programarea făcută pentru trei zile mai târziu, de data asta cu o nouă nemulțumire: prietenul ei.

„Și nu ești de acord?”

„Bineînțeles că nu!”

„De ce?”

„Nu este suficient de bun pentru ea. Nici unul nu este. Nu va rămâne lângă ea pe termen lung.”

Începusem să observ un tipar. „Ce simte ea pentru tine?”

„Mă iubește, cred.”

„Doar crezi?”

S-a gândit, un timp, înainte de a răspunde. „Este ciudat. Mă simt stânjenit în preajma ei. Nu pot să o tachinez, așa cum fac cu ceilalți copii. Când ajung să o îmbrățișez – sau poate invers – mi se pare că mă blochez.”

„Și totuși, o iubești.”

„Doamne, bineînțeles!”

„I-ai spus?”

Și-a aplecat capul. „Mi se pare că nu găsesc modalitatea de a o face. Ne ciondănim tot timpul. Ea îmi spune că mă iau de ea, dar tot ceea ce încerc să fac este să mă asigur că îi este bine.”

A o ține sub control nu mi se părea a fi cel mai bun mod de a-i arăta dragostea. „Dar ceilalți prieteni?”, am întrebat.

„Imposibili.”

„Cum așa?”

„Nu sunt suficient de deștepți. Nerozi, de fapt. Numai testosteron și mașini deștepte. Sau tocilari – prea deștepți, lipsiți de nerv. De fapt, Phil este cel mai bun dintre ei. El a venit la spital, ultima oară, când Alison a trebuit să rămână internată. Nici unul dintre ceilalți nu ar face asta. Ultima oară, când a venit în vizită, i-am spus să nu mai vină.”

„Era prima dată când îi spuneai asta?”

„În față. Dar i-am spus lui Alison că nu trebuia să se mai întâlnească cu el.”

Am zâmbit. „Dar ea a fost neascultătoare.”

A dat din umeri. Răspunsul era evident.

„Nu crezi că i-ar face plăcere să continue să se întâlnească cu el? În fond, dacă nu se face bine ...”

M-a întrerupt cu un urlet. „Oprește-te! La naiba, o să am grijă să se facă bine, chiar dacă ar fi să mor eu în locul ei.”

După cele două ședințe în care a înțeles cadrul problemei și după alte discuții, eram nerăbdător să studiez mai profund relația lui Paul cu Alison. Ceva justifica comportamentul lui exagerat de protector, îndreptat atât față de ea, cât și față de el. Poate răspunsul se găsea într-o viață anterioară. S-a împotrivit la început, dar în final, la recomandarea și încurajarea familiei, cât și pentru că Alison era atât de bolnavă, a fost de acord. A durat mai mult până să-l hipnotizez, din cauza influenței dominante a emisferei stângi a creierului său și a nevoii lui de a controla totul. În final, a ajuns la un nivel profund.

„Este anul 1918”, mi-a spus. „Trăiesc într-un oraș din nord, New York sau Boston. Am douăzeci și trei de ani. Sunt un tânăr cu minte, care urmează cariera de bancher a tatălui său și sunt îndrăgostit nebunește de cine nu trebuie. Este cântăreață și dansatoare, cu adevărat frumoasă. Am vorbit cu ea ocazional, după spectacol, dar nu mi-am dezvăluit niciodată sentimentele. Știu că este ...”

A făcut o pauză, iar pe față i-a apărut o expresie de uimire. „Este fiica mea, Alison!”

A rămas tăcut pentru un moment, pierdut în amintiri. Apoi a spus: „Am vorbit cu ea, i-am spus că o iubesc și – binecuvântată zi – mă iubește și ea. Poți să crezi? Și ea mă iubește! Știu că părinții mei nu vor fi de acord, dar nu contează. Îi voi înfrunta. Ea înseamnă totul pentru mine.”

Din nou, expresia i s-a schimbat. S-a întristat. „A murit”, a șoptit el. „A murit din cauza epidemiei și, cu moartea ei, au murit și visele noastre. Nu mai simt bucurie, nici plăcere și mi-am pierdut toate speranțele. Nu va mai exista altă iubire ca a noastră.”

I-am cerut să avanseze puțin în acea viață. S-a văzut ca un bărbat sever, mânios, bătrân la patruzeci de ani și fiind foarte beat, a ieșit cu mașina de pe carosabil și a murit.

L-am adus înapoi și am discutat despre legătura pe care viața trecută o avea cu cea prezentă. S-au evidențiat două tipare. Unul se baza pe o gândire aparent logică: În această viață, dacă nu îi spunea lui Alison că o iubește, ea va fi în siguranță; nu va muri ca atunci în 1918. Al doilea era un mecanism de contracarare; același impuls care face pe cineva să-și dea demisia dacă crede că urmează să fie concediat. Pentru Paul asta însemna că, dacă păstra o distanță emoțională față de Alison, el nu va mai avea parte de durere, suferință și deznădejde dacă o va pierde. Astfel încât, s-a depărtat de ea, căuta ceartă, o critica în mod constant și se amesteca în relațiile ei romantice. Boala ei actuală îl făcea să re trăiască panica pe care o simțise acum aproape un secol.

Știa – mi-a spus pe când pleca din cabinet – că o parte din tratamentul ei consta în înfruntarea temerilor lui și în mărturisirea dragostei ce i-o purta. O anumită parte din el înțelegea că legătura corp – minte, binecunoscută imunologilor – fusese validată.

Temerile lui Paul erau deja mai reduse deoarece o pierduse pe Alison înainte și suferise pentru asta. Muriseră amândoi și totuși, veniseră înapoi în această viață. Era încă întristat de posibilitatea ca ea să moară, dar acum se lăsa în voia dragostei pe care i-o purta. Nu era nevoie să o protejeze atât de sever, în detrimentul amândurora.

Prima lui reacție la acest impuls de dragoste necondiționată a fost să-l sune pe Phil și să-i spună că poate să o viziteze pe Alison la spital sau acasă, oricând dorea. Alison a fost încântată, iar lui Phil nu-i venea să creadă schimbarea de atitudine a lui Paul. Pe măsură ce relația tinerilor îndrăgostiți s-a adâncit, Paul a devenit din ce în ce mai binevoitor. Și-a dat seama că fericirea lui Alison era mult mai importantă decât protecția pe care i-o acorda. Ceva minunat s-a întâmplat. Pe măsură ce iubirea lui Phil și a lui Alison a crescut și, pe măsură ce Paul a putut să-și exprime iubirea prin faptele sale, sistemul imunitar al lui Alison și-a accelerat funcțiile. Iubirea a devenit medicamentul vital în lupta ei împotriva cancerului.



O săptămână mai târziu, Paul a revenit pentru cea de-a doua regresie. De data aceasta era o femeie din secolul al nouăsprezece-

lea, soția unui pescar ce trăia pe coasta zonei New England. Din nou, anxietatea și spaima îl marcau viața.

„El nu mai vine înapoi de data asta.“

„Cine nu mai vine înapoi?“

„Soțul meu. Pleacă în călătoriile astea – uneori ele durează luni întregi – și sunt sigură că nu se va mai întoarce.“

„A mai plecat și înainte în astfel de călătorii?“

„Da.“

„Și a venit înapoi?“

„Da.“

„Atunci, acum, de ce ar fi altfel?“

„Deoarece de data aceasta este mort. Simt asta.“ Respira de parcă nu avea aer. „Prietenele mele încearcă să mă înveselească – și ele au soți pescari – dar nu reușesc. Înnebunesc de îngrijorare.“

Frica lui era atât de palpabilă, încât l-am întrebat dacă vrea să fie adus înapoi în prezent. A ridicat mâna.

„Așteaptă. Am vești.“ A început să bocească. „Barca s-a răsturnat. Au murit toți. Am avut dreptate. Este mort. Iubitul meu este mort. Nu mai am pentru ce să trăiesc.“

Femeia îndurerată din New England s-a scufundat rapid în depresie. A încetat să mai mănânce, nu putea dormi și a murit curând de inimă rea. Sufletul i-a părăsit trupul, dar a stat la pândă mult timp. Femeia murise în săptămâna anterioară întoarcerii în oraș a soțului ei. El fusese salvat împreună cu alți doi tovarăși și își petrecuseră convalescența în casa văduvei unui fermier, până când și-au recăpătat suficient de mult puterile pentru a se întoarce acasă.

Soțul femeii (Paul) din acea viață era Alison.



Din analiza vieții femeii din New England, a reieșit o altă temă: răbdarea. Ea a văzut că, dacă ar fi așteptat și nu și-ar fi pierdut speranța – și în consecință, nu s-ar fi omorât – ar fi fost din nou împreună cu soțul ei și fericită. Când l-am adus pe Paul înapoi, el a observat că răbdarea era un element care lipsea și din celelalte vieți ale lui. Paul cel care murise în accidentul de automobil își regăsise iubirea – aici, în această viață, în fiica lui. Cunoașterea vieților urmă-

toare ar fi putut să-l împiedice să mai bea, ceea ce fusese cauza accidentului și, poate, ar fi avut o viață mai împlinită în timp ce și-a așteptat iubitul să se întoarcă. În această viață și-a dat seama că, dacă nu s-ar fi implicat în viața lui Alison în modul în care a făcut-o, dacă ar fi lăsat-o în pace și i-ar fi permis să iubească liber, atunci cancerul nu ar fi fost atât de agresiv. Chiar și acum, se gândea că poate nu este prea târziu.

Sedința din săptămâna următoare a început cu o relatare despre starea mai bună a lui Alison. Doctorii erau optimiști. Toate metodele diferite aplicate – tratamentul standard, cel holistic, prezența lui Phil și comportamentul schimbat al lui Paul – păreau să funcționeze. Paul mi-a spus că o îmbrățișase pe Alison în seara anterioară, complet și din toată inima, și i-a spus că o iubește. I-a răspuns strângându-l și ea în brațe, spunându-i că și ea îl iubește și izbucnind în plâns. „Și mai mult“, mi-a spus zâmbind, „l-am îmbrățișat până și pe Phil. Dar lui nu i-am spus că îl iubesc.“ Era un moment extraordinar pentru el și el îl atribuia regresiiilor. Mi-a cerut să continuăm.

Cu câteva secole în urmă, în cultura străveche a Indiei, Paul a trăit ca o fată dintr-o castă inferioară. Alison era prietena cea mai bună a lui Paul din acea viață. Deși nu erau rude, ea era „la fel de apropiată, sau chiar mai apropiată, decât o soră“. Cele două depindeau una de cealaltă în ceea ce privește supraviețuirea emoțională; își împărtășeau gândurile și dorințele, bucuria și durerea. Deoarece se situau în partea inferioară a ierarhiei sociale, viețile lor erau foarte grele, dar reușeau să se ajute una pe cealaltă în fiecare zi.

Apoi, Paul mi-a spus cu amărăciune, Alison s-a îndrăgostit. Tânărul, pe care Paul l-a recunoscut ca fiind propria lui soție (mama lui Alison) din această viață, era dintr-o castă superioară; oricum, ei au avut o aventură. Paul a prevenit-o pe Alison în privința consecințelor îngrozitoare, în cazul în care ar fi fost prinși împreună. Alison a spus că „sora“ ei era doar invidioasă și s-a lăudat în sat cu dragostea tânărului pentru ea. Familia băiatului a aflat, iar Alison a fost omorâtă de tatăl său, pentru că le-a dezonorat casta. Pierderea l-a distrus pe Paul; a rămas cu un sentiment de amărăciune, de suferință profundă și de mânie, pentru tot restul vieții lui/ei scurte.

În timpul în care a plutit deasupra corpului lui din acea viață, Paul a putut să facă legătura cu viața actuală și cu viețile pe care și le amintea din primele două regresii.

Tiparul recurent al pierderii traumatice a iubirii prin moarte, îl dusesese către temerile lui actuale și mecanismele de protecție. De asemenea, el a învățat și valoarea răbdării. În viața sa din India, a renunțat la plăcere și bucurie, deși el le-ar fi putut simți în continuare, dacă ar fi știut că Alison se va întoarce în viața lui nu o dată, ci de mai multe ori. Mai erau și alte lecții: pericolul de a trage concluzii pripite, nebunia de a trăi evenimentele fără a avea o viziune de perspectivă și riscul, uneori mortal, de a se pierde cu firea. El învăța să renunțe la temerile lui legate de moarte și pierdere. Nu numai atât, dar a îmbrățișat și conceptul de valoare supremă a iubirii și a efectelor ei vindecătoare.

A înțeles, că iubirea este ceva absolut, și nu poate fi diminuată de timp sau distanță. Poate fi eclipsată de teamă, dar strălucirea ei nu scade, de fapt, niciodată. Frica închide mintea; iubirea deschide inima și dizolvă frica.

M-am întrebat cu voce tare dacă să-l progrez pe Paul în viitor, dar am fost reținuți pentru o vreme. Ezitam amândoi să aruncăm o privire în viața lui din prezent – el pentru că nu putea suporta gândul de a afla că boala lui Alison o va înfrânge într-un sfârșit, iar eu deoarece eram îngrijorat că neliniștea lui legată de cancerul lui Alison îi va distorsiona amintirile viitoare.

În final, am hotărât că nu este nici un risc să aruncăm o privire într-o viață viitoare, nu în cea actuală. Astfel încât, în ultima noastră ședință ne-am dus într-o viață viitoare.

A fost o progresie neobișnuită, deoarece Paul nu a văzut o desfășurare continuă de evenimente, ci o serie de instantanee, ca într-o prezentare cu diapozitive. Imaginile erau vii și marcate de emoții puternice. S-a văzut mai târziu în această viață, plin de succes și recunoscător faptului că fiica lui fusese vindecată. A văzut-o pe Alison în viață și bine la vârsta de șaiszeci și șapte de ani, în viitorul acestei vieți. De asemenea, s-a văzut pe el reîncarnându-se în nepotul lui Alison, fiind primit cu dragoste și bucurie în viitoarea familie

a lui Alison. (Când l-am întrebat când se va întâmpla asta, mi-a spus: „Peste patruzeci și cinci de ani“. Eram îngrijorat deoarece asta însemna iminența morții lui Paul în această viață, dar el nu era preocupat de aspectele matematice. Uitam că, acum, în clipa aceasta, timpul este trecut, prezent și viitor în același timp.) Apoi am discutat despre această progresie.

„Aceste episoade nu ți se par că seamănă cu dorința de a-ți vedea visele împlinite?“, l-am întrebat.

„Deloc. Ele pot fi reale. Acum că ai deschis discuția, pot vedea de ce crezi asta, dar ce am văzut nu reflectă imaginația mea. Nu am avut astfel de viziuni niciodată. Ele par foarte reale.“

Faptul că s-a văzut nepotul lui Alison dădea credibilitate părerii lui, deși în mintea mea amintirile erau prea „perfecte“. Chiar și relația Alison-nepot putea fi explicată de dorința lui intensă de a-i câștiga iubirea, în prezent. Oricum, el credea că scenele erau reale și asta conta.

„Viitoarea mea viață nu ar fi posibilă dacă Alison nu s-ar fi vindecat“, a spus.

Declarația lui m-a adus brusc cu picioarele pe pământ. Alison era încă foarte bolnavă – remisiile în cazuri asemănătoare pot fi extrem de pasagere – și mă întrebam, ce se va întâmpla cu Paul dacă ea ar muri. Poate că, într-adevăr, învățase lecția răbdării, mă gândeam. Poate că este suficient să știe că o va întâlni din nou într-o viață ulterioară. Nu avea rost să-i stric starea de echilibru. Era un om diferit față de linguiștorul, care se ura pe sine, cel care intrase prima dată în cabinet. În afară de asta, poate că ce a văzut este adevărat.

„Poate că starea ei de sănătate nu s-ar fi îmbunătățit fără tine“, i-am spus.

Era surprins.

„Ce vrei să spui?“

„În primul rând, ai ales să permiți prietenului lui Alison să o viziteze și i-ai lăsat libertatea de a se îndrăgosti. În al doilea rând, ai renunțat la a mai controla și ți-ai permis să o iubești deschis și total. Printre alte avantaje, inclusiv câștigul tău personal, răspunsul siste-

mului ei imunitar la această iubire, venită din două părți, se poate să fi fost esențial în lupta împotriva cancerului. Eu cred că a fost."

„Împreună cu medicina."

„Împreună cu medicina. Dar medicina nu obținuse rezultate, înainte ca tu să te schimbi."

„Iar eu m-am schimbat, datorită ție."

Mi se părea ciudat să-l aud vorbind atât de umil.

„Eu doar ți-am arătat drumul."

Este foarte bine să-ți dai seama că ți-ai exercitat cel mai important dintre atributele umane: Ți-ai folosit liberul arbitru."

Paul putea să aleagă să rămână încăpățânat și rigid. De asemenea, putea să refuze terapia prin hipnoză regresivă și, atunci, nu ar fi câștigat înțelegerea și perspectivele respective. Dacă ar fi fost limitat, dictatorial, sau nerăbdător, situația lui Alison poate nu s-ar fi îmbunătățit. În schimb, el a ales calea curajului, calea iubirii.


În următoarele luni, cu Phil și Paul și restul familiei alături de ea, îmbunătățirea stării de sănătate a lui Alison a devenit evidentă. Cancerul părea să fi dispărut, exact cum văzuse Paul în viața lui viitoare. Acea viață îl încuraja în prezent. Poate că optimismul și certitudinea, împreună cu dragostea lui, au ajutat-o să se facă bine.

Povestea lui Paul demonstrează rolul esențial pe care răbdarea îl joacă în drumul nostru către nemurire. Liniștea interioară este imposibilă fără răbdare. Înțelepciunea presupune răbdare. Creșterea spirituală implică stăpânirea acestei trăsături: răbdarea. Răbdarea permite ca desfășurarea destinului să continue în ritmul lui propriu, fără grabă. Când suntem nerăbdători, aducem nefericire în viața noastră și a celorlalți. Ne pripim să emitem judecăți și acționăm fără a lua în calcul consecințele faptelor noastre. Alegerile noastre sunt forțate și, de cele mai multe ori, incorecte și suntem predispuși să plătim un preț mare.

Paul ar fi putut evita suferința și moartea prematură în viețile lui anterioare, dacă ar fi avut mai multă răbdare. A trebuit să ajungă în acest secol, acum, pentru a înțelege că viața lui actuală și toate cele ce vor urma vor fi mai armonioase și mai împlinite, dacă nu va încerca să forțeze curgerea timpului.

CAPITOLUL 7

EMILY, JOYCE, ROBERTA ȘI ANNE: NONVIOLENȚA

 femeie de treizeci și doi de ani, pe nume Emily, care a trăit într-o viață anterioară într-un trib nomad din America centrală, a fost omorâtă într-o alunecare de teren în acea viață, rezultat al unui cutremur din 1634. Soțul ei, înnebunit, a încercat disperat să o salveze, dar eforturile lui au fost inutile. Pentru ea a fost sfârșitul unei vieți foarte aspre. Tribul își petrecea marea majoritate a timpului în căutarea apei și Emily, când am regresat-o în momentul anterior morții ei, își amintea de o muncă fizică fără sfârșit. Violența naturii era ceva normal în viața ei. Își petrecea zilele într-o permanentă teamă – nu doar pentru ea însăși, dar și pentru siguranța celor șaptezeci de suflete din tribul ei.

În viața actuală, Emily era îngrozită de ideea de a fi prinsă de un cutremur, de a rămâne blocată în lift, sau de a ajunge în închisoare. La un seminar, mi-a spus că soțul ei, fiica ei (care era sora ei în acea viață anterioară – din nou, cei care sunt importanți pentru noi apar deseori în viețile noastre anterioare) și sora de acum fuseseră membri ai aceluia trib străvechi, și că, din nou, se temea atât pentru ei, cât și pentru ea. Evenimentele din 11/9 au traumatizat-o – nu-și putea imagina un „cutremur” mai devastator. Ea s-a îmbolnăvit foarte, foarte rău și de-abia putea ieși din casă.

O altă femeie de la seminar, pe nume Joyce, ascultând povestea ei, a început să plângă și am întrebat-o de ce este atât de mișcată. Avea vise detaliate, vii, despre 11/9, ne-a spus ea, doar că ele apăruseră în noaptea de 10 septembrie.

De când a venit la seminar, se simțise atrasă de Emily. Nu o întâlnise niciodată, dar, fără a-și da seama de ce, o urmărise timp de două zile, fără a-i vorbi. Acum știa de ce și, în același timp – ca și Emily – știa de ce îi fusese teamă să plece de acasă. Era o femeie de succes, cu o rețea internațională de relații publice, dar de la 11/9 nu mai fusese capabilă să viziteze sucursalele firmei ei, amplasate în afara New York-ului, și afacerile sufereau. Cele două femei s-au îmbrățișat, găsind consolare una la cealaltă.



În cazul lui Emily violența naturii i-a provocat trauma care se menținuse peste multe secole. La Joyce, violența era provocată de om și s-ar putea să rămână cu ea în viețile viitoare, dacă psihoterapia nu-i va reduce teama. Poveștile lor mi-au rămas în minte, deoarece am oroare de violență: Pentru mine este una dintre cele mai grave plăgi de pe planeta noastră. Dacă violența este naturală – un uragan, sau un cutremur – trebuie să o acceptăm și să înțelegem că, probabil, se întâmplă pentru un anumit motiv. Dar violența provocată de mâna și voința noastră, fie că este îndreptată împotriva altor oameni ori împotriva planetei însăși, ne pune pe noi – individual și colectiv – în pericol. Controlul mâinii este un început pe drumul preîntâmpinării violenței. După cum am văzut în Capitolul 2, dacă nu ar fi fost regresiiile, George ar fi putut, cu ușurință, să-și rănească unul dintre colegi sau un membru al familiei, deoarece unele dintre cele mai grave efecte ale violenței se pot vedea în familia, la prietenii sau colegii persoanei violente. Cunoscut zeci de astfel de cazuri similare de persoane violente, sau care au fost afectate de violență în vieți anterioare și care au trebuit să simtă efectele asupra lor și a altora în vieți ulterioare, inclusiv în aceasta.

Roberta a venit la mine la îndemnul soțului ei, Tom, un contabil de treizeci și opt de ani care avea o carieră de succes, lucrând ca liber profesionist în colaborare cu firme mici. Îl cunoscusem la o strângere de fonduri pentru Centrul Medical Mount Sinai. Roberta, cu șase ani mai tânără, avea și ea o carieră de succes, ca vicepreședinte al departamentului de relații cu publicul, la o companie aviatică

importantă. A venit la cabinet, devreme, într-o dimineață însorită de iarnă, iar Tom o însoțea.

Părul ei blond, ondulat, strălucind în lumina din încăpere, încadra o față ovală și îi dădea un aspect de Annie-fetița-orfană, iar impresia de tinerețe era compensată de niște ochi albaștri pătrunzători, și plini de înțelepciune, și de o gură senzuală, plină, cu buze date cu un ruj roșu deschis. Era subțire, iar mâna ei era moale, atunci când a strâns-o pe a mea.

Tom îmi spusese că aveau probleme legate de faptul că nu puteau avea un copil și am presupus că ramificațiile psihologice ale acestui lucru i-a adus la mine. Greșeam.

„Tom mă va părăsi”, a izbucnit ea, imediat ce el a ieși pe ușă, iar eu am terminat de notat detaliile privind vârsta, adresa, profesia și familia. Dar când ne-am întâlnit inițial, la acel eveniment pentru strângere de fonduri, Tom mi-a spus că Roberta era „rațiunea lui de a trăi” – o remarcă pe care un bărbat pe cale să-și părăsească nevasta, nu ar fi spus-o.

„Ce te face să crezi asta?”, am întrebat. „Ți-a spus ceva? A vrut să spună în vreun fel că ...?”

„Oh, nu”, a spus ea repede. „Nimic de genul ăsta.” S-a oprit, a ros ceva la o unghie și s-a uitat la mine timid. „Pur și simplu, știu.”

„Deci, nu este vorba despre un eveniment obiectiv? Este doar o senzație lăuntrică?”

A dat din umeri.

„O vei numi probabil fantezie, dar este atât de reală, încât mă bântuie. Nu pot dormi. Mă gândesc la asta, tot timpul.”

„Și atunci când îi spui lui Tom despre asta, ce zice?”

„Îmi spune că sunt prostuță. Am încetat să-l mai întreb, deoarece va crede în continuare că sunt absurdă sau chiar paranoică și asta îl va face să mă părăsească și mai repede.”

Acest gen de gândire circulară este obișnuit la pacienții care au pierdut, într-o oarecare măsură, contactul cu realitatea.

„Atunci, cum te porți cu el?”

Și-a îndreptat privirea spre podea. „În general, mă agăț de el, deși nu cred că-i place. Asta mă enervează foarte mult, astfel încât îl resping. Amândoi urâm faptul că sunt atât de dependentă.

Îmi spune că ar trebui să am încredere în el, în noi. Știu că ar trebui, dar nu pot.”

„Ce spune Tom atunci când îi spui că nu poți?”

„Nimic. Tăcerea lui mă deranjează cel mai mult.” O vedeam cum tremură, deși vocea îi era încă puternică. Evident, era însuflețită de mari emoții. „Este un om bun. Când sunt fericită, și el este fericit – iar când sunt tristă, și el se întristează.”

„Și atunci când te enervezi și îl respingi?”

„Cred că se enervează și el, dar nu o arată. În general, el încearcă să mă scoată din starea mea proastă de dispoziție cu mici glume, de parcă aș fi bolnavă sau infirm emoțional.”

„El spune că ai probleme de concepție”, am spus.

S-a întristat. „Da.”

„Ai consultat vreun doctor?”

„Bineînțeles.

Nu a găsit nimic în neregulă la nici unul dintre noi.”

„Ce părere ai despre fertilizarea in vitro?”

Era un subiect sigur.

Vocea i s-a echilibrat. „Este o opțiune, dar nu vrem să facem asta decât dacă doctorul crede că este singura noastră opțiune. Sunt sensibilă la hormonii de orice tip. Pune-mă lângă o albină și deja sunt îngrozită de șocul anafilactic.

„Dar să adoptați un copil?”

„Din nou, o alternativă în ultimă instanță.

Eu vreau copilul *lui*.”

„Și el vrea un copil cu tine?”

„Categoric.”

„Viața voastră sexuală este normală?”

A roșit. „Foarte activă.”

„Bine.” Am tăcut pentru o vreme. Cred că zâmbeam, deoarece ochii aceia pătrunzători s-au uitat în ai mei – și dintr-o dată, era mândră.

„Ce este așa de amuzant?”

„Amândoi încercați să faceți un copil. Viața voastră sexuală este ... foarte activă. El nu a făcut nici o aluzie că vrea să te părasească. Știu că Tom spune că tu ești rațiunea lui de a trăi.

De ce nu-l crezi?”

„Pentru că mi-e frică”, a spus grav.

„Frică de ce?”

„De a fi abandonată.” A început să plângă. „Nu există nimic mai rău pentru mine.”



Exista un motiv clasic în favoarea folosirii hipnozei regresive. Nu era nimic în viața Robertei care să indice că ar fi fost abandonată de către o persoană dragă, dar groaza ei era atât de mare, încât mi se părea evident că fusese abandonată cândva în trecut. Ea îl iubea mult pe Tom, iar el o știa. Comportamentul și temerile ei nu aveau nici un fundament, în contextul a ceea ce cunoșteam eu despre relația lor. I-am spus că am putea găsi sursa temerilor ei într-o altă perioadă, o altă viață.

„Oh”, a spus. „Dacă am putea, ce minunat ar fi!”

A intrat în transă curând după aceea și nu ne-a trebuit mult timp ca să găsim o legătură.

„Anul 849”, a spus ea extrem de mâhnită, „este cel în care am murit. Locuiesc într-o casă drăguță, una dintre cele mai frumoase din orașul nostru. Am un soț pe care-l iubesc foarte mult – el este viața mea – și sunt însărcinată în luna a patra, cu primul nostru copil. Este o sarcină dificilă. Mă simt deseori rău și mi-e greu să muncesc. Mă simt bine doar atunci când stau întinsă.”

O umbră de frică i-a brăzdat fața și și-a acoperit protector ochii cu mâinile. „Suntem în pericolul iminent de a fi atacați. La porțile orașului nostru se află o armată invadatoare. Toți oamenii – bărbați și femei – sunt înarmați și pregătiți să lupte pentru oraș.” Au început să-i curgă lacrimi pe obraji. „Sunt prea slabă ca să lupt. Soțul meu mi-a spus să rămân acasă și, în cazul în care va vedea că lupta nu are sorți de izbândă, va veni înapoi să mă ia și să mă ducă în sud,

în satul strămoșilor lui. Îl implor să mă ia acum, dar spune că trebuie să lupte. Este de datoria lui.”

„Ce simți?”, am întrebat.

„Sunt tristă. Foarte tristă. Cine va avea grijă de mine?”

Teama ei era evidentă. „Vrei să oprim regresia?”

„Nu. Continuăm.”

Profund hipnotizată, a început să respire greu și corpul i s-a încordat pe scaun.

„A plecat”, mi-a spus. „Pot auzi strigătele luptei. Mă plimb prin cameră dintr-un loc în altul, așteptând. Sunt speriată, îngrijorată de soarta copilului meu nenăscut. Ușile se dau brusc de perete. „Mulțumescu-ți Doamne”, spun, numai că nu este soțul meu, sunt invadatorii. Mă violează. Unul dintre ei mă taie cu sabia. Mă taie din nou. Sabia mă lovește în pânțece. Copilul moare. Cad. Este sânge peste tot. Încă o tăietură, asta la gâtul meu.”

Strigă sugrumat: „Sunt moartă.”

Când am adus-o înapoi, s-a uitat la mine cu groază. „Soțul meu”, a spus, „el era Tom. Tom al meu. Iubirea mea. M-a lăsat acolo să mor.”

Era ca și când soarele părăsise camera.



Așa cum am văzut în alte cazuri, rudele actuale ale pacienților apar și în viețile anterioare, dar relația lor cu pacientul este deseori alta. O fiică poate fi bunică, tată, soră, frate sau copil. Noi învățăm din relațiile noastre. Oamenii se reîncarnează iar și iar, pentru a rezolva diferite probleme și pentru a învăța despre iubire, în toate formele ei.

Uneori, cum ar fi cazul Robertei, relațiile sunt aceleași. Soțul ei – Tom, din această viață – a fost soțul ei și în secolul al nouălea și a abandonat-o – sau nu? Mă întreb dacă ar fi posibil să-l regrez pe Tom în aceeași perioadă și loc, pentru a afla ce i s-a întâmplat în acea zi. De ce a abandonat-o? Care a fost viața lui după moartea soției și a copilului lui nenăscut? În prezent, o însoțise pe Roberta la câteva dintre ședințele noastre, așteptând-o să termine și, ocazional, discutam toți trei la sfârșitul ședinței. L-am chemat și am primit permi-

siunea lor de a-l regresa pe Tom, deși se cunoștea faptul că el nu va deveni pacientul meu.

Mai lucrasem cu parteneri care fuseseră împreună în vieți anterioare și acum eram, în mod special, nerăbdător să cunosc versiunea lui Tom despre situație, dacă puteam. Dacă Roberta ar ști că el nu o abandonase atunci, poate că teama ei de a nu fi abandonată acum de Tom s-ar diminua.

Tom urma să plece din oraș cu treburi de serviciu, astfel încât am fixat o întâlnire peste câteva săptămâni.

Roberta a venit săptămâna următoare, pentru următoarea ședință. A intrat în transă, fără niciun efort.

„Este orașul Paris. E vară. Sunt tânără – nu am mai mult de douăzeci și cinci de ani – și sunt foarte frumoasă. Tot ce vreau este să mă distrez, dar nu pot. Bunica mea locuiește cu mine. O recunosc. Este Tom.”

A spus asta, fără a părea surprinsă. Deși tot ceea ce vedea era detaliat și viu, Roberta nu era aproape deloc agitată de această regresie, în comparație cu cea anterioară.

„Bunica m-a crescut de mică, de la moartea ambilor mei părinți, dar acum trebuie ca eu să am grijă de ea, deoarece este bolnavă și slăbită. Este și pretentioasă. Fă asta, fă cealaltă. Nu avem bani, așa că trebuie să fac cumpărături, să gătesc, să fac curat și să-i schimb hainele împruțite, deoarece se murdărește tot timpul.”

În final, vocea i-a căpătat accente de vehemență. „Nu e cins-tit! Nu ar trebui să fac asta zi de zi. O fată trebuie să mai aibă parte și de plăceri în viață.” S-a aplecat spre mine, cu un aer conspirativ. „Voi fugi. Mă duc să stau în casa prietenului meu, Alain. El va avea grijă de mine și ne vom distra.”

A sărit înainte în timp și nu este clar dacă amintirile sunt din perioada imediat următoare absenței ei din apartamentul bunicii, sau dintr-o perioadă mai târzie.

„Bunica este moartă! În timp ce eu eram în oraș, distrându-mă pe la cabarete, bând și făcând amor, ea a murit. I-am găsit corpul când am venit acasă. Pare să fi murit de foame, pentru că este foarte slabă. Nici unul dintre vecinii ei nu au auzit-o strigând,

astfel încât este greu de știut când a murit, dar nu cred că de mult. Nu miroase încă – cel puțin nu mai mult ca de obicei. Totuși, este o veste proastă. Mă aflu într-o încurcătură urâtă. O să am un copil și nu am bani, nici o centimă. Nu sunt nici măcar sigură cine este tatăl. Alain a spus că îmi va da bani, dacă copilul este al lui, dar trebuie să-i dovedesc. Cum pot face asta, înainte ca acest copil să se nască?”

În final, nu a mai contat. Roberta s-a văzut murind la nașterea copilului, iar sufletul i-a ieșit din corp. A stat și a urmărit suficient de mult pentru a afla dacă copilul trăiește, indiferent cine ar fi fost tatăl. În analiza vieții, emoția cea mai copleșitoare era vinovăția.

„Mi-am iubit bunica”, a spus, „nu doar pentru că m-a crescut, ci pentru că era o femeie bună, care-mi dorea numai binele.

Dar eram prea tânără, prea egoistă. Mi-am pus propriile mele nevoi de libertate și iubire în fața nevoilor ei, care erau mai importante. Cel puțin, ar fi trebuit să găsesc un echilibru între ele – dar, în final, am părăsit-o și ...”, s-a oprit brusc.

„Vezi legătura”, i-am spus, nu pentru a o impulsiona, ci pentru că mi-am dat seama că observase relația dintre cele două regresii.

„Bineînțeles! Am abandonat-o pentru că soțul meu m-a părăsit acum o mie de ani. În Paris, ea era Tom, soțul meu care m-a lăsat să mor singură. A fost un act de răzbunare!”



A treia regresie, care a avut loc o săptămână mai târziu, ne-a arătat o fațetă diferită a aceleiași teme de violență și abandon. De data aceasta, era o fată pakistaneză, care locuia într-o casă mică de lemn, acum aproximativ cinci sute de ani. Mama ei murise când ea avea unsprezece ani și, ca și în Paris, povara de a găti, de a face curat și cea a altor corvezi casnice i-a revenit ei, deși în această viață avea un tată și un frate, care ar fi putut să o ajute.

„Ei mă bat”, a spus. „Ori de câte ori fac ceva greșit – dacă nu le-am spălat hainele la timp, sau dacă nu le-a plăcut mâncarea pe care le-am servit-o – țipă la mine și mă lovesc, unul dintre ei sau amândoi, iar uneori amândoi în același timp.”

„De ce nu i-ai părăsit?”, am întrebat. „De ce nu ai fugit?”

„Aveam nevoie de ei pentru hrană și adăpost.” S-a cutremurat. „Mai rău, mi-era teamă de cum va fi viața mea, dacă aș pleca.”

„Altceva?”

„Eu – eu îi *iubeam*.”

Răspunsul ei m-a surprins. „Chiar așa? De ce?”

„Pentru că nu puteau să fie altfel. În fond, mama noastră i-a abandonat când a murit. Doi dintre frații noștri au murit înaintea ei. Erau vremuri triste, întunecate. Nu existau legi. Ei erau cei care trebuiau să aducă hrană acasă – ceea ce însemna că, în fiecare zi, exista posibilitatea de a întâlni violența în calea lor, exista șansa de a fi omorâți. Boala care a lovit-o pe mama ar fi putut să ne doboare pe oricare dintre noi. Ei nu aveau nici un control asupra a ce urma să se întâmple, nu aveau nici un control asupra naturii, asupra altor oameni, asupra sorții.” A dat din cap. „Să fii bărbat în acele vremuri, să nu ai bani și nici o speranță – era groaznic”.

„Deci ai hotărât să rămâi de dragul lor”, am spus.

Era o explicație la care nu se gândise, dar la care, în mod sigur, ar fi ajuns de una singură. „Da.”

„Ce s-a întâmplat apoi?”

„Nu m-au mai bătut. Într-o zi, pur și simplu, s-au oprit. Tatăl meu a murit la puțin timp după aceea, dar fratele meu a rămas și m-a luat la el acasă, când s-a însurat. În final, am găsit un bărbat care mă iubea și ne-am mutat în altă parte. Era un bărbat bun și am dus o viață normală pentru acele vremuri și locuri.”

„Ai murit fericită?”

A oftat. „Am murit mulțumită.”

În discuția pe care am avut-o în prezent, ea și-a dat seama că toate cele trei regresii – și în special prima – explicau de ce îi era atât de teamă că Tom o va părăsi, dar înțelegea asta cu creierul, nu cu inima, și era încă neliniștită.

„Măine mă văd cu Tom”, i-am spus. „Poate că ne va ajuta.”



A venit cu teamă. „Fac asta pentru Roberta”, a spus el, „pentru a afla despre ea, nu despre mine.”

Pentru a împiedica denaturarea evenimentelor, o instruisem pe Roberta să nu-i spună lui Tom detalii cu privire la amintirile ei din

vieți anterioare. Lui i-am promis că va trebui să vină la o singură sedință, excepție făcând doar cazul în care ar fi dorit să revină.

„Nici o șansă”, a spus el cu circumspecția mistică ce îi caracterizează pe contabili, avocați și doctori, ale căror minți analitice cer, cu insistență, explicații precise.

Prin urmare, am fost ușor surprins atunci când a ajuns într-o stare de relaxare profundă, în câteva minute.

„Te voi conduce către o viață trecută, în care tu și Roberta erați împreună”, i-am spus, amintindu-mi de Elisabeth și Pedro, din cartea mea *Doar iubirea este reală*, care și ei și-au amintit de vieți anterioare, petrecute împreună. Datorită lor, am descoperit că sufletele pereche se reîncarnează împreună de multe ori – pentru a observa ulterior același fenomen și la alți pacienți.

Aproape imediat, spatele lui s-a arcuit ca și când ceva, sau cineva, l-ar fi lovit. „Trebuie să plec de aici!”, a spus disperat.

„Unde ești?”

„Într-o luptă. Suntem înconjurați, depășiți ca număr. Săraca mea soție! Am lăsat-o singură și i-am promis ...” Avea ochii închiși, dar și-a ridicat brațele ca și când ar fi răsucit prin aer un topor sau o sabie. „O să-mi fac loc prin mulțime! Ea are nevoie de mine.” Cu un strigăt a lăsat brațele în jos; apoi încordarea din mușchi a dispărut, iar mâinile lui zăceau fără vlagă. „Prea târziu”, a șoptit. „Nu îmi voi mai vedea soția niciodată, nu-mi voi cunoaște copilul niciodată.” Ultimele lui sentimente au fost de vinovăție și tristețe.

Când l-am adus înapoi în prezent, mi-a spus că nu o va mai părăsi pe Roberta niciodată.

Când Roberta a venit la următoarea sedință, era relaxată și zămbitoare; soarele răsărise din nou.

Evident, ea și Tom petrecuseră ceva timp discutând despre experiențele lor din secolul al nouălea.

„Știu de ce nu a venit înapoi să mă salveze”, mi-a spus. „El m-a abandonat, este adevărat, dar nu pentru că a vrut, nu pentru că nu aș fi fost în mintea lui înainte să moară.” A râs. „Ei bine, este prea bătrân acum ca să se lupte pentru țara lui, astfel încât cred că sunt în siguranță în această viață. Cu ajutorul dumneavoastră doc-

tore Weiss, am înțeles clar de ce mi-era atât de teamă să nu mă părăsească și că, atunci când îmi spune că mă iubește, este adevărat. Oamenii care se iubesc nu prea se despart, nu-i așa?”

Roberta a putut să se elibereze de teama de abandon, de nesiguranțele și îndoielile ei legate de Tom. Și-a dat seama că violența nu era o parte absolut necesară în fiecare viață și că era liberă să aleagă iubirea, în locul fricii. Această alegere a reprezentat tema, sau tiparul principal, în multe dintre regresile ei ulterioare – și ea a văzut asta în viața ca tânără pakistaneză care a ales să-și iubească tatăl și fratele, în ciuda caracterelor lor violente, în loc să-i urască și să se teamă de ei.

Mai era un singur obstacol în viața Robertei și a lui Tom: infertilitatea lor. Pierderea copilului în secolul al nouălea ar putea explica asta, ca, de altfel, și moartea ei, la nașterea copilului din Franța secolului al nouăsprezecelea. Dar aceste evenimente au avut deja loc, a înțeles ea, și – la fel ca și în cazul fricii de abandon – s-ar putea foarte bine ca ele să nu se mai manifeste în această viață, sau în următoarele. Am hotărât să o prognez pe Roberta în viitorul apropiat, pentru a putea înțelege pe deplin acest concept. Ca întotdeauna, a atins repede o stare de transă profundă și, curând, urmărirea cursul vieții ei dintr-o perspectivă superioară. „Văd două căi posibile de viață”, a spus, „una cu copii și una fără.”

„Începe cu cea fără copii.”

„Cea fără copii este întunecată și îngustă, pustie. Mi-e teamă de orice, de la insecte și șerpi, până la a ieși din casă. Pentru că nu pot avea copii, Tom m-a părăsit și asta contribuie, în plus, la temerile mele. Nici un bărbat nu mă va mai alege – și sunt prea slabă și înfricoșată pentru a trăi de una singură.” S-a cutremurat.

„Este groaznic.”

„Dar cu copiii cum e?”, am îndemnat-o.

„Lumea este însorită și largă. Tom este cu mine, așa cum mi-a promis. Sunt fericită, împlinită.”

Văzând această viață fericită din viitor, ea a putut să se elibereze complet de temerile pe care le purtase cu ea până acum, din atât de multe vieți trecute: pierderea celor dragi și propria ei

moarte, abandonul și trădarea. Pe măsură ce făcea aceste legături, fața îi strălucea din ce în ce mai mult.

„Unde ești?”, am întrebat-o.

„Sunt foarte sus, mai sus de nori. Plutesc. Plutesc și mă uit. Este minunat aici. Aerul este curat.

Văd pe distanțe de kilometri în jurul meu.”

„Ești singură?”

„Da. Așteaptă – nu! două fete, copii angelici, copiii *mei*, vin să mă întâmpine. Pot să le simt iubirea, bucuria. Oh, și eu le iubesc și sunt fericită!” A făcut o pauză, urmărind sufletul ei viitor. „Le recunosc. Una este bunica mea, femeia pe care am iubit-o cel mai mult pe lume. A murit când aveam nouă ani. Cealaltă este mama mea – nu mama mea de astăzi, ci mama acelei fete pakistaneze dintr-o viață anterioară, cea de acum cinci sute de ani. Ne îmbrățișăm și voi fi cu ele pentru totdeauna.”

Nu am cum să validez viziunea Robertei, dar o relatez exact. Este experiența ei – și ea crede cu tărie că asta se va întâmpla. Este posibil ca Roberta și Tom să nu poată concepe și ideea de a avea vreun copil să fie o fantezie – deși, bineînțeles, ar putea adopta copii. Ceea ce este important e certitudinea Robertei că, în final, va fi din nou cu copiii ei și, din acest motiv, ea are mai multă încredere în ea însăși și în capacitatea ei de a iubi.

Ea a parcurs un drum lung – de la violență la liniște sufletească – și a avansat până în punctul de „dincolo de nori”.

Povestea Robertei demonstrează răul provocat de violență – nu chiar imediat, dar în generațiile ulterioare – și asta nu doar pentru victimă, dar și pentru agresor. Cei care sunt violenți, sau suferă o violență, pot să-și poarte temerile și emoțiile negative ce o însoțesc în multe, multe dintre viețile lor viitoare – până când, ca și Roberta, găsesc iubirea.

Povestea Annei contrastează în mod fascinant cu cea a Robertei, deoarece a ei a început în viitor.

Cu două zile înainte de a veni la mine, s-a trezit din vis, udă de transpirație. Era unul dintre acele vise recurente pe care le tot visa; se trezea transpirată, doar dacă visul avea o semnificație profundă.

Anne, sau cea care a devenit viitoarea Anne, este rodul alegerilor ei, a auzit ea o voce spunând, deși nu a putut vedea mesagerul și nu știa dacă era femeie sau bărbat. Cineva foarte înțelept îi transmisese mesajul, mi-a spus Anne. Părea să știe deja care vor fi alegerile ei, dar nu avea nici o idee despre ce alegeri era vorba.

Toată viața ei acționase impulsiv și, de cele mai multe ori, în mod arbitrar.

Anne, douăzeci și patru de ani, îndesată dar nu grasă – arătând ca fata cu ochelari care joacă rolul celei mai bune prietene, în filmele pentru adolescenți – era studentă la arhitectură, undeva în nord. Scopul ei era să proiecteze complexe rezidențiale novatoare, care să țină cont de problemele de mediu și să permită celor bogați și celor săraci să locuiască împreună.

Viziunea ei era ca oamenii să trăiască în armonie, într-un loc minunat. Vocea îi cunoștea planurile. Într-un vis, pe care l-a avut după ce începusem să lucrăm împreună, i s-a arătat un viitor în care Anne își terminase deja proiectul. (Era ca în cazul unui romancier care dorește să scrie o carte și descoperă de la un mesager că el a scris-o deja în viitor.) *Menirea ta este să faci legătura cu acel viitor în care proiectul tău este gata – nu cu cel în care nu este*, i-a spus vocea. Nu știa că începusem să duc pacienții în viitor; era curioasă în ceea ce privește semnificația visului ei în prezent.

Mi-a spus că un impediment în calea împlinirii planului ei era frica de lumina reflectoarelor. Dacă cineva îi lăuda munca, devenea neliniștită. De obicei, își înainta lucrările anonim, chiar dacă profesorii știau că ea este autoarea.

Perspectiva de a câștiga un premiu, sau de a câștiga aprecierea generală, o înspăimânta. Știa că succesul public ar fi dus la un atac de panică.

Trecutul ei nu oferea nici o explicație pentru aceste reacții din viața ei actuală. Însă eram intrigat de visele ei și i-am sugerat să aruncăm mai întâi o privire în viitor, pentru a obține mai multe informații, sau o clarificare. A fost de acord. În stare de transă profundă, am dus-o în timp pentru a descoperi ce se va întâmpla cu proiectul de locuințe.

Ea a urmărit desfășurarea mai multor scenarii. În unul, nu exista nici un proiect. Lucra la o firmă de arhitectură, dar într-o poziție medie, în care schița ideile altora. În al doilea, proiectul de locuințe era finalizat și includea doar câteva dintre ideile ei. Era imperfect, nu ceea ce avusese ea în vedere. Putea să vadă placa din holul principal. Numele ei nu era acolo.

Al treilea scenariu – triumf! Complexul era în întregime proiectul ei. Numele ei era primul – atât pe desene și schițe, cât și pe placă. Totuși, când a menționat asta, nu părea fericită. (Mai existau și alte câteva scenarii, dar nu atât de clare ca acestea.)

„Este vorba de teamă”, a spus când am adus-o înapoi. „Teama de recunoaștere, teama de succes. Îmi dau seama că pot să urmez oricare dintre aceste variante, dar a treia mi se pare cea mai înspăimântătoare. *Nu vreau ca numele meu să fie pe placa aceea.*”

De fapt, placa nu era un semn de ego; era un simbol ce reprezenta absența temerilor și a atacurilor ei de panică. Numele ei nu va apărea acolo, cât timp îi va fi frică. Știam că va trebui să ne uităm în trecut, pentru ca vindecarea să aibă loc.

În prima ei regresie, Anne era băiat și trăia în societatea străveche a călăreților din Asia centrală. Șeful satului lor nomad avea un fiu cu doi ani mai mare decât Anne, dar care nu avea talentele ei de călăreț, arcaș și luptător cu sabia. „Nu mă place”, a spus Anne simplu. Celălalt băiat fusese desemnat să fie succesorul tatălui lui, iar pe bătrân îl înfuria să vadă cum fiul lui este întrecut de cineva. Anne nu era conștientă de efectele succeselor ei și totuși, fiul șefului era din ce în ce mai umilit de victoriile Annei.

„A fost un concurs de călărie pentru toți tinerii din sat”, a spus Anne. „Eram hotărâtă să-l câștig – și așa am și făcut. Întregul oraș – femei și bărbați – m-au sărbătorit pentru realizarea mea. Am băut prea mult și m-am întins într-un câmp lângă sat, ca să dorm. Fiul șefului s-a furișat în tăcere și mi-a tăiat gâtul. Nu am murit repede. Am văzut cum mi s-a scurs sângele din mine.”

În discuția pe care am avut-o după ce a revenit în prezent, Anne mi-a spus că nu înțelesese pericolul de moarte pe care succesele ei l-au creat. „Bineînțeles!”, a exclamat. „Acum când stau aici

cu dumneavoastră, îmi este ușor să fac legătura dintre succesul public și vătămarea fizică gravă. Nici nu-i de mirare că mi-e teamă."

În timpul regresiei următoare, ea a putut să vadă tiparul succesului ce creează pericol, într-un șir de imagini din vieți trecute. Într-una dintre ele era un muzician talentat, ruinat de rivalul său care a furat muzica creată de Anne și a prezentat-o drept propria lui lucrare. Într-o alta, era o fată ce trăia într-o țară din Orientul Apropiat, acum aproximativ două mii de ani. Băieții de vârsta ei, din elita societății, erau învățați mistere și ritualuri interzise fetelor, dar Anne i-a spionat și a aflat ce făceau.

Într-o zi, fiind ironizată de băieți, a divulgat fără să vrea unul dintre secrete. „Vezi tu", a spus ea, „Știu la fel de mult ca și voi." A plătit cu viața pentru aroganța ei. A fost denunțată, băgată în închisoare și, curând, omorâtă, deoarece pedeapsa pentru încălcarea tabu-urilor era moartea.

Pe măsură ce am discutat despre aceste experiențe, Anne a putut să definească cu precizie ecuațiile.

Succesul însemna violență.

Exprimarea de sine însemna pedeapsă.

Mândria însemna moarte.

Treptat, continuând tratamentul, ea a putut să-și dea seama, că panica de a sta în lumina reflectoarelor era o consecință a experiențelor din vieți trecute, nu ceva de care trebuia să-i fie teamă în viața ei prezentă, sau în cele viitoare. Cu greutate, deoarece teroarea ei era adâncă, a putut să se elibereze de temeri. A început să-și semneze lucrările la cursuri și a construit un model la scară a complexului ei de locuințe, câștigând premiul pentru „Proiectul cel mai inovator". Nu a putut merge până la a ține un discurs de acceptare a premiului, dar a recunoscut premiul – o placă de argint – care stă la loc de cinste.

Amândoi știm cum vor fi variantele de viitor ale Annei.

Într-adevăr, *Anne cea din viitor va fi rodul alegerilor ei. Acum nu mai transpiră, când Maestrul vine să-i reamintească acest lucru.*

CAPITOLUL 8

BRUCE: RELAȚIILE

Când suntem în formă umană, deși scopul nostru final este acela de a ne uni cu spiritul, cu sufletul unic, interacțiunea cu ceilalți – fizică, emoțională și spirituală – stă la baza vieții noastre. Modul în care ne manifestăm joacă un rol important în modelarea viitorului nostru.

O cunoștință de-a mea care și-a petrecut viața de adult într-un ashram era o persoană spirituală, dar mi s-a plâns că nu poate să mediteze deloc.

Într-una din meditațiile mele am înțeles de ce. Trebuia să iasă în lume, să fie implicată în multe relații, să simtă pierderea și suferința profundă, bucuria și iubirea. Cu toată spiritualitatea ei, mai avea lecții esențiale de învățat.

Toți avem diferite tipuri de relații: cu partenerul de viață, cu familia și cu cei dragi, cu cei cu care lucrăm – șefi, colegi și alți angajați – cu prietenii noștri, cu profesori și studenți. De-a lungul multelor noastre vieți, corpurile lor și relațiile cu ei se pot schimba, dar mai învățăm încă lecția importanței relațiilor, deoarece ne reîntâlnim, iar și iar, cu același suflet.

Poate că de mai multe vieți aveți o relație încordată cu mama voastră. Poate că în diferite vieți ați fost mama ei și, poate că ați fost și în alte relații cu ea, diferite de cea mamă-copil.

În final, trebuie să ne vindecăm toate relațiile și trebuie să ne folosim de toate abilitățile noastre – în special de empatie, compasiune, nonviolentă și iubire – pentru a reuși acest lucru.

Comunicarea este cheia oricărei relații. Iubirea și sinceritatea sunt vitale în acest proces, dar la fel sunt și siguranța, deoarece, dacă nu vă simțiți în siguranță ca să comunicați, nu o veți face.

Dar cum faceți mediul de comunicare sigur? Știind în primul rând că există multe moduri de comunicare – cuvinte, gânduri, limbajul trupului, expresia ochilor și a feței, atingerea – și trebuie să avem grijă de fiecare dintre ele. Ar trebui să înțelegeți că sufletul cu care aveți o relație poate să fi fost important pentru voi în trecut – în timpul vieților anterioare și de-a lungul multor secole – și poate să fie important și în secolele ce vin.

Una dintre ultimele mele paciente era îngrozită de gândul că o relație de co-dependență pe care o avea cu un om abuziv – unul de care de-abia reușise să scape – nu s-a terminat încă; și-a dat seama că bărbatul s-ar putea întoarce în viața ei într-o viață viitoare.

„Cum pot să împiedic să se întâmple așa ceva?“, a întrebat.
„Nu mai vreau să revină.“

Răspunsul este să te asiguri că nu mai există în tine nici un sentiment negativ care să-l atragă înapoi – mânie, violență, absolut nimic negativ. Doar dacă poți ieși dintr-o relație cu iubire, empatie și compasiune, fără nici un gând de răzbunare, ură, sau teamă, te poți elibera.

Poți alege să nu mai ai nici o relație cu acea persoană sau persoane. Poți interacționa doar cu cei față de care simți o atracție, doar cu aceia pe care, în general, poți spune că-i iubești. În viețile viitoare vei fi împreună cu mulți dintre cei dragi, suflete pereche, deoarece funcționați ca o familie de suflete. Ceilalți vor trebui să se străduiască, să învețe lecțiile pe care voi le stăpâniți deja, înainte ca și ei să se poată alătura comunității voastre de suflete.



Unul dintre exemplele cele mai mișcătoare de relații în acțiune îl constituie Bruce, care a venit la mine anul trecut, într-o formă groaznică. Suferea, mi-a spus, de simptome ale anxietății cronice: insomnii, palpitații, izbucniri de furie și, ocazional, chefuri la care consuma băuturi alcoolice. Era un om greu de descris, cu ochi umezi, cu o strângere de mână umedă și cu un păr casta-

niu, foarte scurt, care ascundea o chelie incipientă. Modul lui de vorbi urmărea cadența celor din vestul mijlociu – era din Milwaukee – dar locuia în Miami de doi ani, împreună cu Frank – un producător cu cincisprezece ani mai mare ca el (Bruce avea treizeci și cinci) – și care avea legături cu unul dintre teatrele regionale. Frank avusese odată o carieră fulminantă, dar o serie de eșecuri îi stricaseră reputația și venitul, forțându-l să se mute dintr-o casă mare din Los Angeles, într-una umilă din Coral Gables.

S-a transformat dintr-un om spiritual și mulțumit, într-un suflet acrit, care-și vărsa mare parte din depresie asupra lui Bruce, în public, fiind sarcastic și umilindu-l. În ultimul timp, începuseră să se certe atât în cadru restrâns, cât și în public – deși nici unul dintre ei nu dorea să pună capăt relației.

Bruce era designer de costume. Cei doi se întâlniseră atunci când Frank l-a angajat pentru o producție. S-au implicat într-o relație fizică, la puțin timp după aceea. Amândoi preferau să țină ascunsă legătura lor și de aceea locuiau separat în Los Angeles. Au început să locuiască împreună, doar când s-au mutat în Miami.

Când l-am întrebat pe Bruce de ce mai stătea dacă Frank devenise atât de dificil, a dat pur și simplu din umeri și a spus:

„Cu toate astea, îl iubesc.”

„Da, dar dacă te muți, asta nu înseamnă să nu te mai vezi cu el. S-ar putea ca Frank să nu mai fie atât de dominator”, am spus. „Și s-ar putea ca anxietatea ta să scadă. Cum te umilește?”

„Spunându-mi poponar sau amanta lui, în fața prietenilor și obligându-mă să fac lucruri ce nu-mi plac – sexuale – în intimitate.”

„Tu nu-i răspunzi în nici un fel?”

„Uneori. Mai ales în ultimele luni. Și mânia erupe și în alte furi. Dar, în general, țin totul ascuns în mine. În special în pat.”

„Spui că erupi și în alte moduri – când bei, de exemplu? În mod necorespunzător, presupun.”

„Mă supăr pe barmani și pe curve.”

„Curve masculine?”

„Bineînțeles.”

S-a cutremurat ușor, la gândul de a se culca cu femeii.

„Și te duci des?”

„Nu. Uneori.”

„De ce?”

„Când mă satur ca Frank să mă rănească și vreau să rănesc pe cineva, la rândul meu.”

„Să rănești fizic?” Alt tremur.

„Nu. Îi forțez să facă unele dintre lucrurile pe care le fac cu Frank.” Un mod ciudat de a te răzbuna, m-am gândit.

„Ai putea să renunți la asta? Să-ți redirecționezi mânia asupra persoanei care a provocat-o?” A tăcut un moment. Apoi, a spus:

„Nu sunt sigur că aş putea să-i arăt lui Frank profunzimea reală a mâniei mele. Este prea periculos. Dar am renunțat să mă duc la prostituate.”

„E un început”, am spus. „Bine.”

I-au dat lacrimile și și-a aplecat capul. „Nu, este rău.”

„De ce? Mi se pare ...”

M-a oprit. „Am SIDA. Nu vreau să infectez pe nimeni.”

Starea lui generală de sănătate se deteriorase în ultimele luni, mi-a spus. Avea ulcer gastric și semnul din naștere de pe abdomen începuse de curând să sângereze, în mod inexplicabil. Panicat, a făcut o biopsie, dar nu s-a găsit cancer și, pentru scurt timp, s-a simțit ușurat. Totuși, cicatricea mare care rămăsese în urmă se făcea din când în când roșie și din ea curgea o picătură, două de sânge. Asta l-a făcut să se ducă la internist, care l-a diagnosticat cu SIDA. „Mai mult o confirmare a temerilor mele, decât un diagnostic”, a spus el.

Au fost făcute teste. Diagnosticul fusese confirmat cu două săptămâni în urmă. Din acest motiv și-a stabilit o întâlnire cu mine.

I-am spus că puteam să-l ajut în privința anxietății și a relației lui cu Frank, dar nu puteam să-l vindec de boală, deși există acum destule „cockteailuri de medicamente” care-i încetinesc progresul și mai adaugă ani de viață.

Avea o expresie de tristețe profundă.

„Nu are nici un rost să trăiesc mai mult, dacă nu am de ce.”

„Atunci, permite-mi să te întreb: Părinții tăi știu că ești homosexual?”

„Știu. Le-am ascuns asta cât de mult am putut – am inventat chiar o prietenă în California despre care le scriam – dar când m-am mutat împreună cu Frank aici, au aflat.”

„Reacția lor?”

„Șoc. Negare. Întrebau dacă nu cumva există vreun medicament pe care să-l pot lua. Cred că îi preocupă mai mult să nu afle prietenii, decât orice altceva. În definitiv, este vorba de vestul mijlociu; ei sunt în urmă față de restul țării, cu aproape un secol.” Și-a dus mâna la frunte, într-un gest teatral. „Rușinea satului!”

Am râs, în ciuda situației.

„Sunt oameni cumsecade, iubitori – doar că nu știu nimic despre acest lucru”, a continuat. „Când mă duc acasă în vizită, mă întâmpină cu iubire și respect. Fratele meu este problema.”

„Fratele tău?”

„Cred că am uitat să-ți spun despre el. Da, Ben este un granger de Milwaukee. Vicepreședinte la Aetna.

O grămadă de bani, o grămadă de prieteni. Republicanii i-au plimbat prin fața ochilor cuvântul *parlamentar* și de atunci salivează după el, ca un câine după pradă.”

„Și un frate homosexual ...”

A dat din umeri. „La revedere Washington. A venit să mă vadă acum un an și, efectiv, mi-a cerut să-mi schimb numele. I-am spus să se ducă naibii. A insistat: „Ar fi bine dacă ai dispărea pentru o vreme; cel puțin nu spune nimănui că ești fratele meu.” Ei bine, asta a pus capac. Cum îndrăznește! Sunt la fel de bun ca și el – mai bun – chiar dacă iubitul meu este bărbat. L-am fugărit. Ultima oară când l-am văzut, alerga în josul străzii Coral Way.”

Dacă asta era una dintre izbucnirile lui bruște de furie, mi se părea justificată. I-am spus-o.

„Adevărat, dar atunci când mă gândesc la Frank, când mă gândesc la atitudinea lui Ben, explodez – oriunde sunt și împotriva oricui. Ben este doar un agent de asigurări lacom, mândru de el și cu jumate de creier. Îmi pare rău de el, și este ridicol că vreau să-l omor. Eu *sunt* mai bun, iar oamenii mai buni nu au nici un resentiment – sau au o mulțime.”

Izbucnirile lui de furie păreau prea violente, pentru a fi explicate doar de circumstanțele din viața lui.

Și, în timp ce anxietatea lui era normală, dat fiind diagnosticul de SIDA, mă întrebam dacă a fost întotdeauna atât de gravă, încât să-i afecteze viața, așa cum se întâmplă acum.

„Da”, mi-a răspuns, când l-am întrebat. „Chiar și la școală, când aveam toate motivele să fiu fericit – elev bun, părinți iubitori, ceva de genul ăsta – am avut întotdeauna o senzație de spaimă.

Acum, când am ceva real de care să mă tem, s-a înrăutățit, dar nu chiar așa de tare.”

„Poate că își are originea în ceva ce s-a întâmplat în trecutul tău”, i-am spus.

„Copilăria mea? Nu. Cum am spus, a fost foarte normală.”

„Nu vorbesc despre copilăria ta, ci despre trecutul tău îndepărtat.” S-a aplecat spre mine.

„Explică.”

l-am explicat și a fost de acord cu hipnoza regresivă. În mod surprinzător – deoarece am crezut că Bruce s-ar putea să fie circumspect față de hipnoză, că nu va dori să devină prea vulnerabil – el a putut să coboare la adâncimi mult mai mari decât marea majoritate a pacienților mei și ceea ce și-a amintit a fost foarte clar.

„Sunt în Egiptul antic. Este în timpul domniei marelui Faraon, a cărui ambiție este să construiască temple și palate ce-i preamăresc măreția și puterea. Au mai fost construite temple înainte, dar acestea vor fi mai mărețe decât orice s-a încercat până acum. Sunt inginer și Faraonul m-a ales pe mine să lucrez la două proiecte: crearea unui sanctuar și ridicarea coloanelor adiacente.

„L-am întâlnit pe Faraon în persoană; atunci mi-a descris planurile lui. Este, bineînțeles, o onoare extraordinară să fii selectat și, dacă reușesc, voi primi orice voi cere, tot restul vieții mele. Când i-am spus că voi avea nevoie de cinci sute de muncitori și sclavi, mi-a oferit o mie. Cheltuielile erau nelimitate și nici o viață sacrificată pentru îndeplinirea țelului suprem, nu trebuia regretată. Clădirile urmau să sanctifice această divinitate supremă și trebuiau să-i oglindească supremația.

Totuși, Faraonul a dat ordine stricte. Sanctuarul va fi terminat în șapte ani. Coloanele, trei ani mai târziu. Poate fi folosită doar marmura cea mai fină, doar pietrele cele mai dure. Trebuie să fim siguri că, atunci când va fi gata, rezultatul îi va proclama măreția pentru totdeauna.

Sarcina este dificilă. Există probleme practice de transport al pietrei și marmurei, fără a mai vorbi și de lipsa apei și a lemnului pentru traseele pe care se ridică pietrele. Vremea, chiar și iarna, este arzătoare. Furtunile de nisip și vânturile sunt pericole constante. Arhitecți și ingineri la fel de talentați – cel puțin după părerea Faraonului – vor proiecta și construi alte temple, alte colonade. Fără îndoială, vom fi în competiție unul cu celălalt pentru că materialele sunt limitate, chiar și cu averea Faraonului.

Și mai este un impediment. Faraonul are un văr. L-am întâlnit; un băgăcios, un lingușitor, un vanitos fără talent și fără gust. El supraveghează întregul proiect. Eu și toți ceilalți arhitecți și ingineri trebuie să ne supunem lui. Cuvântul lui este cuvântul Faraonului și, deci, e lege. Mi-e teamă de el. Ar putea strica totul."

Într-adevăr, Bruce a pălit în timp ce vorbea despre supraveghetor. Omul continua să-și exercite puterea până și în liniștea cabinetului meu. Am fost șocat de exprimarea formală a lui Bruce, foarte diferită de exprimarea lui obișnuită. Când l-am întrebat mai târziu dacă a fost vreodată în Egipt, m-a asigurat că nu. Istoria și vizitarea locurilor istorice nu-l atrăgeau.

L-am condus mai departe, în acea viață anterioară.

„Neliniștile mele se confirmă”, a continuat Bruce. „Se bagă în toate. În special pe mine pare că nu mă agreează. Poate că simte aversiunea mea față de el, deși evit să o exprim. În orice caz, este lângă mine aproape în fiecare zi, făcând sugestii ridicole, revocându-mi ordinele, plângându-se că eu și tovarășii mei muncim prea lent, deși el este cel care ne oprește să avansăm în lucrări.

Datorită condițiilor stricte stabilite de Faraon, acest lucru amplifică presiunea exercitată asupra mea, până la un punct în care sunt sigur că o să explodez. Fiecare zi înseamnă o nouă luptă cu

mine însumi, pentru a rămâne calm în fața cerințelor și a reproșurilor lui, atunci când nu le îndeplinesc.

La aproape un an de la începerea proiectului, afurisitul insistă ca sanctuarul să fie amplasat în apropierea altui templu decât cel principal. Când îi amintesc faptul că asta este exact contrariul ordinilor date de Faraon, mă face prost în fața colegilor mei și se întoarce cu spatele să plece. De ce m-am temut se întâmplă: explodez. Îi spun că el e prost, că nu e nimic decât un idiot căruia i se potrivește rolul, că este la fel de prost ca și pietrele care-l înconjoară.

Să mergem la Faraon să facă dreptate, spun. El va decide cine ar trebui să aibă ultimul cuvânt.

Vărul Faraonului se răzbună în cel mai rău mod posibil. În loc să meargă cu mine la palat, îl pune pe unul dintre rivalii mei – un alt inginer – să otrăvească vinul pe care-l beau la cină. Mi se face rău imediat; durerea este sfâșietoare și sunt dus în pat. Noaptea, unul dintre paznici se furișează la mine în cort și îmi dă o lovitură cu cuțitul în stomac. Mor imediat. Ultima imagine pe care o văd este nemernicul de văr al Faraonului în fața cortului meu, râzând.

L-am adus înapoi; este vizibil șocat.

„Poți exprima ce simți?“, am întrebat.

„Locul ... locul unde am fost înjunghiat în stomac“, s-a bâlbâit el. „Este același loc în care am cicatricea de la biopsie, rana care sângerează din când în când, aparent fără nici un motiv.“

„Altceva?“ Era extaziat de lucrurile descoperite.

„Supraveghetorul, omul care m-a torturat în Egipt, în acea viață trecută, este fratele meu de acum.“



Mânia, așa cum recunoscuse și el, era un factor negativ în viața sa actuală. Ea s-a manifestat cel mai virulent în confruntarea cu fratele lui Ben – care, în definitiv, îi ceruse lui Bruce să renunțe la identitatea sa, să devină invizibil.

Eram la fel de nerăbdător ca și el să mai descoperim și alte vieți anterioare. Din nou era în Egiptul antic, într-o altă perioadă.

„Sunt preot, vindecător, unul dintre cei foarte puțini aflați în slujba celor bogați și puternici. Metodele de vindecare pe care le

practicăm sunt secrete, nu cu ierburi și loțiuni pe care le folosesc doctorii obișnuiți. Metoda mea de vindecare presupune utilizarea a ceea ce noi preoții numim baghete de energie. Când baghetele sunt rotite într-un anumit mod, ele emit vibrații sonore și frecvențe de lumină vindecătoare. Utilizarea lor nu se face la întâmplare.

Există o ordine prestabilită de lumină și sunet, o ordine și un tipar complex în ceea ce privește orientarea lor către anumite părți ale corpului. Artă este secretă. Ea presupune utilizarea energiei și a luminii – acumularea, stocarea și transferul lor.”

„Unde practici acest tip de medicină?”, am întrebat.

Ochii i-au strălucit. „În camerele secrete din interiorul templelor de vindecare. Doar câțiva preoți știu de existența lor.

Nici chiar cei care servesc în temple nu au cunoștință despre ele, atât de bine sunt ascunse.”

„Și puteți face minuni?”

„Exact! Am vindecat multe boli.” S-a aplecat spre mine. „Și putem să regenerăm organele și membrele pierdute în luptă”.

„Prin folosirea baghetelor?”

„Cu baghetele. Da.”

„Uimitor.”



Citisem despre tehnicile de vindecare și despre medicina practică de culturile străvechi și, deși nu citisem niciodată de baghetele pe care le descria Bruce, știam că doctorii egipteni susțineau că pot regenera membre și organe, și că au făcut, se pare, minuni în vindecarea bolilor de sânge, a tulburărilor sistemului imunitar și a bolilor de piele și ale creierului. Există de fapt o cameră în interiorul unuia dintre templele de la Luxor, care a fost folosită în scopuri medicale; pereții ei sunt acoperiți de picturi în care se pot vedea cum își desfășoară doctorii activitatea.

L-am văzut pe Bruce o lună mai târziu. Între timp se îmbolnăvisese de pneumonie, un efect secundar obișnuit al SIDA, și fusese nevoit să se interneze. Când s-a întors, fața îi era foarte albă și părea extenuat, deși, când am sugerat să amânăm ședințele, el a insistat să continuăm.

„Simt că ședințele au un rol vindecător pentru mine”, a spus. „Nu pot explica exact de ce, dar simt că sunt pe cale să descopăr ceva vital pentru mine. Este esențial să înțeleg despre ce este vorba, înainte de a muri.”

În loc să-l regrez, deși ar fi fost util, am hotărât să văd dacă aş putea folosi legătura dintre minte și corp, pentru a-i reduce simptomele fizice.

„Vreau să încerc un experiment”, i-am spus. „Ești de acord?”

„Sigur. Orice.”

„Atunci, vreau să inversezi rolurile în mintea ta. Ești un pacient egiptean, care e tratat cu energia luminii și a sunetului – și vreau să transferi acea energie în corpul și în mintea ta de acum.”

Era, în mod clar, o metodă neortodoxă, dar am aplicat-o pentru că avea SIDA și dureri în regiunea în care făcuse biopsia.

„Cine ar trebui să fie doctorul tău?”, am întrebat.

„Frank”, a răspuns imediat. „Am avut noi conflicte în trecut, dar cu toate astea, el mă iubește.”

„Frank este cu tine în viața ta din Egipt”, am spus. „Este un preot-vindecător; cunoaște științele secrete. Lasă-l să aplice aceste cunoștințe pe tine.” Bruce și-a închis ochii și s-a lăsat pe spătarul scaunului. Am văzut cum mușchii feței i s-au relaxat și i-a venit puțină culoare în obraji.

„Funcționează. Mă simt mai bine.”

„Excelent. Doctorul tău știe cum să se folosească de baghete; cunoaște tiparele și succesiunea de lumină și sunet. Este cel mai înalt nivel de vindecare. Fii recunoscător pentru asta.”

„Sunt”, a șoptit. „O, da, sunt!” Restul ședinței s-a desfășurat în liniște. Înainte să plece, i-am spus să mediteze acasă.

„Lumina și vindecarea vor fi cu tine acolo. Nu e nevoie ca ele să se afle doar aici, în cabinet.” A venit înapoi, simțindu-se nu doar mai bine, dar și cu alte viziuni.

„Fratele meu a fost cu mine în ambele vieți anterioare”, a spus. „În prima era supraveghetorul, dar în a doua era și el preot-vindecător. Și când mi-ai cerut să mă întorc în acea viață ca pacient, Ben a fost până la urmă vindecătorul, nu Frank.”

„Sunt sigur că este adevărat. Acum pune-te în locul lui Ben, în ambele vieți. Proiectează-te în corpul lui și privește din această perspectivă.”

S-a concentrat câteva minute, încruntându-se din cauza efortului. Apoi, a deschis ochii și zâmbetul i-a devenit strălucitor:

„Este invidios pe mine! Atât în viața trecută cât și în asta.

Deși el este cel puternic – administratorul sau politicianul – este invidios. Propria lui suferință îl face atât de nemilos.”

Bruce a explicat că, deși fratele lui era un nobil egiptean și administrator, era invidios pe talentul și priceperea lui pe care nu le avea și pe care nici nu ar fi putut să le dobândească. Fusese crescut într-un mediu care i-a oferit multe privilegii și putere și când Bruce a izbucnit în public împotriva lui, a trebuit să răzbune umilița.

„De aici otrava”, a spus Bruce. „Lovitura de cuțit a fost în plus. A plecat din mânie, invidie și rușine.” În mod evident, trecea printr-un proces empatic intens. Rareori am văzut pacient mai mișcat decât el.

„Dar viața actuală? De ce este fratele tău invidios acum?”

Răspunsul a venit rapid:

„Pentru iubirea părinților mei. Poate pentru că eu am fost copilul mai delicat și ei au avut mai multă grijă de mine decât de el. Ei spuneau: „Ben este atât de puternic, el se descurcă singur” – și, pentru el, asta a însemnat că ei mă iubeau mai mult, deși nu sunt sigur că este adevărat. Asta este revelația. Îmi doresc să fi știut mai demult.” I-am pus întrebarea principală a unui psihiatru:

„Cum te face să te simți?”

„Iertător. Iubitor. El nu este cel puternic. Este la fel ca mine – un amestec de putere și slăbiciune. Este extraordinar!”

„Crezi că și el ar putea simți la fel?”

„Bineînțeles. Dacă eu pot, poate și el, deoarece suntem la fel. A doua mea viață în Egipt m-a învățat asta.”

„Poți să-l înveți și pe el?”

„Pot să încerc.”



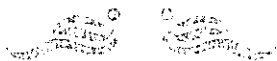
Până în acest moment, când scriu aceste cuvinte, Bruce a progresat extraordinar. Rana abdominală s-a vindecat; nu se mai face roșie și sângele nu mai curge din ea. Ulcerul s-a vindecat și el.

El și Frank și-au rezolvat problemele sexuale și au încetat să se mai certe, deși se mai ciondănesc încă. Cred că le place la amândoi. Datorită vieților din trecute și a experiențelor spirituale, nu-i mai este teamă de moarte.

Nu-l mai vede pe fratele lui ca atotputernic și își dă seama că o parte din acest sentiment vine din propriile lui proiecții asupra lui Ben. Dintre toate lecțiile pe care le-a învățat din viețile lui anterioare, cea mai importantă, crede el, este aceea că relațiile sunt, în sensul lor cel mai profund, între egali și dacă va putea să laude calitățile celui alt și să-i ierte slăbiciunile – pentru că sunt și ale noastre – atunci va apărea iubirea. El și cu fratele lui se întâlnesc deseori și vorbesc zilnic.

„A făcut din faptul că eu sunt homosexual un avantaj politic“, mi-a spus Bruce zâmbind. „Acum este Republican liberal. În Wisconsin nici nu se poate mai bine.“

Într-una dintre ultimele noastre ședințe mi-a spus că, atunci când era preot-vindecător în Egipt, îl supraveghea uneori pe cel care oficia ceremoniile de vindecare, în procesul de aplicare a baghetelor. În aceste ceremonii, el făcea legătura dintre puterea luminii, a sunetului și a energiilor vindecătoare, care în acele vremuri se credea că sunt în legătură cu puterea unor zeități, dar care sunt acum, știe el, atribute ale unicei divinități. Unicul Bruce știe că este și a fost întotdeauna nemuritor și că toți suntem interconectați etern și că suntem întotdeauna învăluiți de iubire.



CAPITOLUL 9

PATRICK: SIGURANȚA

Auzim cuvântul *siguranță* în fiecare zi. Siguranță financiară, siguranță socială, siguranță națională – toate acestea sunt importante. Dar aici discutăm despre o siguranță mai profundă, siguranța *Sinelui*: siguranță emoțională, siguranță fizică, siguranță care ne permite să interacționăm pe deplin cu familiile, cu partenerii de viață, cu prietenii, cu societatea și cu civilizația noastră.

Ea izvorăște din iubirea de sine, din înțelegerea că ești un suflet și că ai fost prezent în vieți trecute – și vei exista, și în cele viitoare, la nesfârșit. Siguranța adevărată vine din cunoașterea faptului că ești nemuritor, etern și că nu ți se poate face rău niciodată.

Am tratat oameni foarte bogați, care sunt nefericiți și nu au nici o senzație de siguranță, deși confortul ființei lor este asigurat. Siguranța nu vine din posesiuni.

Nu poți lua lucrurile materiale cu tine în următoarea viață, dar poți să iei cu tine faptele, acțiunile și evoluția ta – ceea ce ai învățat și modul în care progresezi ca ființă umană spirituală. De asemenea, este posibil să iei și unele dintre talentele tale. Cred că Mozart a fost un muzician de succes într-o viață anterioară, ceea ce justifică precocitatea lui de copil în secolul al optsprezecelea.

Siguranța și respectul de sine sunt interdependente, iar respectul de sine este uneori dificil de obținut, deși în lipsa iubirii de sine nu este posibil. Mulți dintre noi preiau conceptele învățate (de obicei inconștient) de la părinții, profesorii, prietenii noștri, sau din comunitățile în care trăim, conform cărora noi am avea o oarecare deficiență, nu suntem perfecți. Dacă putem să ne eliberăm de influențele negative, putem ajunge la iubirea de sine. Tradițiile religioase

care spun „iubiți-i pe ceilalți“ reprezintă o problemă. Iubirea de sine stă la baza iubirii celorlalți.

De aici începe adevărata bunăvoință. Când te iubești pe tine însuși, iubirea ta se va revărsa; când nu te iubești, energia ta va fi concentrată – conștient sau nu – pe a o găsi și nu vei avea timp pentru nimeni altcineva.

Iubirea de sine nu este egoistă; este un respect de sine sănătos. Egoistul, lăudărosul, orgoliosul, diva și agentul de vânzări – cei care ni se par că se iubesc pe sine, doar pentru a se vinde pe ei înșiși sau produsele lor – se simt deseori nesiguri în adâncul inimii.

Omul pe care-l credeam cel mai stăpân pe sine, un model de siguranță și promovare de sine în public, mi-a spus, într-un moment al confesiunilor reciproce, că el joacă uneori ceea ce se numește „păzește-te de autobuz“, adică stă într-un colț de stradă periculos și se ferește să nu fie lovit.

„Și dacă mori?“, am întrebat, uluit.

„Atunci lumea ar scăpa de un lucru lipsit de valoare“, mi-a răspuns.



Adevărata iubire de sine nu are nevoie să fie trâmbițată în gura mare, sau etalată în public. Este o stare interioară, un sentiment, o forță personală, o fericire; este siguranța însăși. Rețineți că sufletele fac parte din Unul, care este iubire.

Toți suntem suflete. Suntem întotdeauna iubiți. Putem să răspundem întotdeauna cu iubire.



Când Patrick a intrat în biroul meu pentru prima dată, arăta ca un adolescent neglijent – păr ciufulit, cu barbă, blugi și jachetă Marlins care cereau să fie spălate, pantofi Adidas cu șireturi desfăcute și unghii murdare – deși avea treizeci și unu de ani.

Un bărbat tânăr, numai piele și oase, cu ochi umezi care-mi evitau privirea și cu o strângere de mână fără vlagă – acesta era bărbatul cu cel mai scăzut respect de sine pe care l-am văzut vreodată.

I-am stabilit vârsta, adresa (locuia încă cu părinții lui în Miami), profesia (contabil la o firmuță de genul „www.com“), faptul că era

singurul copil la părinți și că nu avea prietenă – „virgin“, mi-a spus, roșind în obraji.

„Cine ți-a recomandat să vii la mine?“, am întrebat.

„Părinții mei.“

„Îi cunosc?“

„Nu. Nu aveți cum. Tatăl meu lucrează la biroul de expedieri al unei fabrici, iar mama este vânzătoare la un magazin Kmart. Nu sunt genul de oameni cu care socializați dumneavoastră.“

Ultimele cuvinte au fost spuse cu o oarecare ostilitate. Am trecut cu vederea, dar m-am gândit că-și iubesc fiul foarte mult, dacă își cheltuiesc banii pentru ca el să urmeze o terapie.

„Atunci cum ai aflat de mine?“

„V-au văzut la un show de televiziune și au spus imediat: *Ăsta este omul potrivit pentru Patrick.*“

„De ce?“

„Pentru că îmi place literatura științifico-fantastică – sau, mai bine zis, îmi plăcea.“

„Și ei cred că regresia în viețile anterioare este ceva științifico-fantastic?“ M-am uitat la el atent.

„Asta crezi tu?“ A dat din umeri. Tăcere. Am forțat:

„Ai spus că erai preocupat de literatura științifico-fantastică. Când a fost asta?“

„Când eram copil.“

„Și acum nu mai ești?“

„Oh, cred că da. Dar sunt prea bătrân pentru asta.“

Remarcabil. Mulți dintre prietenii mei adulți citesc literatură științifico-fantastică și mi-au împrumutat multe cărți ale unor scriitori pe care-i admir: Verne, Welles, Lev, Bradbury. Eram în special interesat de ei acum, deoarece aveau viziuni extraordinare despre viitor. „Ce înseamnă prea bătrân?“

„Doisprezece ani.“ A spus-o cu atâta siguranță, încât am știut că i s-a întâmplat ceva la vârsta aceea, care l-a marcat.

„Erai prea bătrân la doisprezece ani? Alții citesc cărți științifico-fantastice, până la nouăzeci de ani.“

A dat din nou din umeri. *Garantat.*

„Cine a spus că ești prea bătrân?”

„Tatăl meu. Mi-a luat cărțile și le-a vândut la un anticariat. Mi-a spus că era timpul să mă pregătesc pentru ce o să fac când mă voi face mare.”

„Și cărțile științifico-fantastice erau o influență negativă?”

„Eram un visător, spunea, care trăiește pe Marte. Era momentul să vin înapoi pe Pământ.”

„Avea dreptate?”

„Cred că da.” Patrick s-a aplecat spre mine și, în sfârșit, vocea îi era mai animată.

„Dar vă spun, doctore Weiss, că era mult mai bine pe Marte, decât pe Pământ.”

Cât de nefericită trebuie să fie viața lui pe Pământ!

„Ce crezi de sondele trimise pe Marte acum?”, l-am întrebat.

„Ai văzut imaginile?”

„Dacă le-am văzut! Și ăsta este doar începutul. În zece ani vor fi oameni pe Marte, vor fi colonii.”

„Vei fi acolo?”

Lumina i s-a stins din priviri, ca și când aș fi închis-o de la un întrerupător.

„Nu.”

„Pentru că nu ai voie?”

„Pentru că vor ajunge alții înaintea mea.” Și-a strâns mâinile și le-a adus în dreptul ochilor, ca și când ar fi vrut să nu mă mai vadă.

„N-o să vrea să mă ia cu ei.” l-am simțit din nou nefericirea.

„De ce?”

„Pentru că locul meu nu e acolo. Nu-mi găsesc locul nicăieri.”

„Dar unde este locul tău?”

„Singur, în cer.”

„De unde știi?”

„Asta mi-au spus mie cărțile.”

„Cărțile științifico-fantastice?”

„Da. Doar că pentru mine nu erau ficțiune – erau întrezăriri ale viitorului. Eram în nava spațială, sau chiar zburam de unul singur; era ușor. Nu-mi plăceau cărțile cu războaie și alte lucruri de genul

ăsta. Nu-mi plăceau monștrii și armele extrem de sofisticate. Doar cărțile despre călătoria spre alte planete, sau către stele.”

Mi-l imaginam închis de bunăvoie în camera lui, citind, în timp ce părinții se frământau, întrebându-se ce vor face cu copiii lor ciudat.

„Chiar și atunci când ai încetat să mai citești”, am spus, „când ai încercat să faci ceea ce dorea tatăl tău, când ai încercat să-ți găsești locul, erai tot singur.”

S-a uitat la mine, de parcă eram magician.

„Da. Când încercam să vorbesc despre cer, sau despre alte planete, sau despre călătoria în spațiu, copiii nu păreau interesați.

Dar era tot ce știam, tot ce-mi plăcea. Puteam să merg în locuri unde alții nu puteau, iar ei nu voiau să audă de asta. Copiii credeau că sunt nebun – în afară de Donnie, care era prietenul meu. El era singurul cu care mă simțeam în largul meu, dar apoi părinții lui s-au mutat și el a plecat cu ei.

„Iar tu ai rămas singur.”

„Treaba este că am început să cred că era ceva cu mine. Eram diferit, știam asta, dar de ce? Mă simțeam atotputernic, dar se pare că nu aveam nici o putere. Tata mi-a spus că literatura științifico-fantastică este pentru copii, dar, dacă era așa, de ce copiii nu o citeau? Am renunțat la ea, așa cum a vrut tata, dar viața mi s-a părut pustie. Nu mai era nimic amuzant. Nu aveam nici un loc în care să mă duc, nici un loc în care să mă ascund. Pentru că nimeni nu mă băga în seamă, nimeni nu mă *asculta*, nu puteam avea încredere în mine. Îmi plac cifrele – există o matematică a spațiului – astfel încât am devenit contabil. *Contabil!* Este oare ceva mai normal decât asta? Este oare ceva mai plicticos? M-am simțit complet pustiu, lipsit de orice speranță.”

Discursul lung al lui Patrick a fost însoțit de un număr de expresii ale feței – tristețe, mânie, disperare, de pierdere în gol – care erau semnalele fizice ale agitației lui interioare.

„Nu ar trebui să-i ascuți pe ceilalți atât de mult”, am spus încet. „Urmează-ți intuiția. Nu e nimic rău în a fi un singuratic – și, oricum, așa cum l-ai găsit pe Donnie, vei găsi și pe alții – femei și

bărbați care gândesc la fel ca tine." A dat din umeri, apoi a întors capul. Simțeam că se luptă cu lacrimile.

„Ce s-a întâmplat?“, am întrebat.

„Mi-ai spus că nu ar trebui să-i ascult pe ceilalți.“

„Da. Este un sfat bun.“

„Exact asta este problema. Nu este.“

„Nu înțeleg.“

Acum mă privea, iar răspunsul lui a fost un geamăt de agonie: „Mă simt îngrozitor, deznădăjduit, disperat. Dacă nu-i ascult pe ceilalți, atunci trebuie să mă ascult pe mine!“

Amintirile vieților lui trecute au venit ușor sub hipnoză.

„Sunt de gen masculin“, a spus, „dar nu sunt exact un bărbat, nu sunt exact uman.“ Am încercat să-mi ascund mirarea, dar mi-e teamă că ea s-a citit în vocea mea.

„Despre ce perioadă vorbești?“

„Șaizeci de mii de ani în urmă.“

„Șaizeci de mii ...“ l-am privit fix, încercând să văd dacă nu cumva hipnoza nu funcționase și se prefăcea. Nu. Ochii îi erau închiși, respirația regulată. „Continuă“, am reușit să spun.

„M-am născut pe o altă planetă. Nu avea nume. Poate a existat într-un sistem planetar diferit, sau într-o dimensiune diferită.“

Oricum, fac parte dintr-un grup ce migrează pe Pământ. Când ajungem, ceilalți ne întâmpină; sunt descendenți ai ființelor ce au migrat anterior aici, din diferite sisteme planetare. Sunt amestecați printre reprezentanții unei specii în evoluție, ființele umane. Trebuie să rămânem pe Pământ cu ei, deoarece planeta noastră moare, iar aceasta este nouă. E adevărat, nu era nevoie să venim aici în corp fizic, sufletele noastre puteau fi reîntrupate în oamenii din jurul nostru, sau în ființele din alte lumi. Dar noi suntem un neam mândru. Tehnologia noastră este avansată – am călătorit pe distanțe foarte mari – societatea noastră este sofisticată și inteligența noastră e vie. Vrem să ne păstrăm cunoașterea și realizările. Vrem să ne unim cu ceilalți și, prin reincarnare, să ajutăm la evoluția acestui nou popor uman.“

Patrick cel din cabinetul meu avea o voce înaltă, ca și când posesorul ei nu ar fi fost încă maturizat complet. Se potrivea cu personalitatea lui. Acum însă, tonul lui era sonor, iar cuvintele erau rostite cu autoritate. Eram fermecat de viziunea lui – o viziune complet diferită față de cele întâlnite până acum.

„Corpurile noastre nu sunt prea diferite de ale oamenilor, dar mintea noastră este mult superioară. Atmosfera de pe Pământ este foarte asemănătoare celei care înconjură planeta noastră, motiv pentru care am ales acest loc ca destinație, dar aici aerul este pur și clar. În celelalte privințe, Pământul este cu mult mai frumos decât locul de unde venim. Există copaci, iarbă și apă, râuri și oceane, flori, păsări și pești de toate culorile. Sunt mulțumit aici – ba nu, mai mult decât mulțumit. Mai fericit decât oricând. Sarcina mea este să supraveghez depozitarea artefactelor și a documentelor ce conțin cunoașterea noastră – și am descoperit locul ideal pentru asta: cavitățile naturale situate în adâncul Pământului. Când oamenii vor atinge un nivel la care să înțeleagă cele ascunse de noi, vor putea să le găsească.”

Mai târziu, când am avut răgazul să mă gândesc la cele spuse de el, am observat că unele idei pe care mi le formasem înainte de a-l întâlni păreau să se verifice. Eram de părere că sufletele sunt aceleași – fie că vin din alte dimensiuni sau galaxii, fie de pe Pământ. Cele nou sosite în lumea noastră intră rapid în ciclul reîncarnării și apoi tind să revină în formă fizică tot aici, pe de o parte pentru că și-au creat datorii și obligații karmice și pe de altă parte, deoarece misiunea lor este aceea de a ajuta rasa umană, în evoluția sa. Sufletele pot intra în corpuri fizice, la fel de ușor ca în orice alt corp de „extraterestru”. Sufletul lui Patrick a ales să rămână în acest „paradis” în care neamul lui a hotărât să locuiască.

Impulsionat de mine, Patrick m-a purtat mai departe în această viață anterioară.

„Am găsit o stâncă unde oceanul se întâlnește cu cerul și am construit acolo o casă din piatră și lemn. Sarcina mea majoră s-a încheiat; vestigiile și documentele sunt depozitate în siguranță. Sunt liber să mă bucur de frumusețea care mă înconjoară, să mă încăl-

zesc în aerul parfumat. Sunt considerat un înțelept și mulți din rasa mea – sau din cea umană – vin să-mi ceară sfaturi, iar eu le ofer cu bucurie. În final, mor – dar neamul meu a învățat, cu mult timp în urmă, să-și detașeze sufletul de corpul fizic exact în momentul potrivit, pentru a se putea deplasa cu ușurință către niveluri superioare de conștiință. Fac asta, dar pot să comunic, în continuare, cu mulți din neamul meu care sunt încă în corpurile lor, în noua lor casă, planeta Pământ."

Într-adevăr părea dus, plutind între două țărâmură, pe două niveluri de conștiință. „Diferența dintre Dumnezeu și oameni este mică“, a spus el. „Una dintre informațiile care rămân ascunse în locul în care le-am depozitat este cum să stăpânești arta de a separa conștiința, de vehiculul fizic. Curând, societatea voastră va învăța cum să facă așa ceva. Când se va întâmpla asta, veți descoperi că această conștiință separată poate să preia alte corpuri, mai puțin „solide“, la dorință. Având acest avantaj, ea poate să influențeze alte entități aflate în formă fizică.

Pentru entitatea care o va primi, această influență i se va părea divină, angelică, dumnezeiască. Dar, de fapt, este o formă avansată a aceleiași conștiințe deținute de această entitate."

Să aud astfel de gânduri profunde de la un tânăr care părea, la prima vedere, lipsit de experiență și imatur era ceva cutremurător. Iar ce a spus după aceea a fost, pentru mine, ceva minunat.

„Lumea mea este străveche iar a voastră este foarte tânără și, totuși, diferența este ca și inexistentă în trecerea timpului. Timpul este ca o expirație și o inspirație a unui Dumnezeu cosmic.

Expirația reprezintă nașterea stelelor, a planetelor, a galaxiilor și a universurilor. Inspirația le aduce pe toate înapoi, într-un singur fir de pulbere, dens și incredibil de redus ca dimensiuni, din plămânii acestui Dumnezeu.

Respirația timpului, inspirație și expirație, ce se desfășoară într-un număr nesfârșit de cicluri, ne sugerează natura eternității."

Patrick a tăcut, iar eu, foarte mișcat, m-am gândit la cuvintele lui. Simțeam că propriile mele studii fuseseră purtate către un nivel superior. Aruncasem, după spusele lui Patrick, o privire fugară

asupra „naturii eternității” și mi s-a părut extraordinară. Am înțeles atracția lui față de științifico-fantastic, iubirea lui pentru cer și dorința de a putea călători la stele. Când s-a trezit, l-am întrebat dacă considera că ceea ce tocmai văzuse era doar o influență a cărților pe care le îndrăgise în copilărie.

„Nu”, a spus repede. „Nu mi-am imaginat niciodată ceea ce tocmai am văzut – și nici nu am citit în cărți. Experiența mea a fost foarte reală. Nu mi-am imaginat nimic.”

Reacția lui părea autentică și a declanșat în el un val de idei.

„Dar dacă găurile negre fac parte, efectiv, din inspirația cosmică?”, s-a întrebat el cu glas tare. „Dacă îngerii și ghizii spirituali au o legătură cu civilizațiile extraterestre străvechi și foarte avansate?”

Extraordinar, m-am gândit. Greu de crezut. Dar asta m-am gândit și atunci când Catherine a început să se întoarcă în vieți anterioare și când Victoria mi-a spus că mă văzuse în Ierusalim. În afară de asta, nu contează ce cred eu. Puteam vedea o nouă lumină în ochii lui Patrick, scânteia pasiunii lui care revenea după mai mult de douăzeci de ani. Terapia ulterioară îl va aduce și mai aproape de calea lui spirituală, știam asta, reînnoindu-i dragostea de viață, bucuria și speranța.



Pe măsură ce terapia a avansat, Patrick a putut să-și amintească de încă trei vieți anterioare:

1. Ca locuitor indigen, ori în America Centrală, ori în partea de nord a Americii de Sud, cu nouă secole în urmă. Recunoscut ca matematician și astronom, trăia singur, dar a fost respectat și onorat până la o vârstă înaintată.

Experiența lui de acum șaiszeci de mii de ani a influențat această viață, și-a dat el seama de asta, deoarece era preocupat de configurația stelelor și de semnificația meteoriților.

2. La începutul secolului al optsprezecelea, era un rabin evreu ce studia Kabbala, un învățat ce trăia într-un orașel de lângă Cracovia, Polonia. Atunci, el a putut să îmbine studiile mistice, cu o viață de familie normală.

A avut multe lucruri să-i învețe pe ceilalți, a avut o soție și mulți copii și a fost acceptat de concetățenii lui și de societate. Nu s-a simțit ca un „extraterestru” – așa cum se simte în această viață.

3. Era un călugăr budist care trăia într-o zonă rece și pustie din China secolului al paisprezecelea. Era acceptat de comunitatea de gânditori religioși și a putut să combine perioadele de meditație și introspecție, cu o viață activă de fermier. Era un maestru al manevrării energiei și a fluxului de energie, în special în centrele și canalele energetice. Când a revenit în prezent, a înțeles cât de asemănător era ceea ce făcea el cu acupunctura. În timp ce retrăia această viață în China, el a sesizat apartenența lui directă față de un loc situat într-un alt tărâm dintr-un univers paralel, dincolo de planul fizic și muritor. Multe dintre aceste concepte erau similare cunoștințelor și înțelepciunii pe care le va căpăta secole mai târziu, ca rabin specialist în Kabbala; el a putut vedea imediat legătura, după ce i-am analizat viața de călugăr budist. Ori culturile au comunicat cândva în trecut – a presupus el – ori cunoștințele au fost într-adevăr universale și puteau fi accesate independent, de către oricine ar fi dorit să-și folosească inteligența, în căutarea celor aflate dincolo de lumea perceptibilă. Deja Patrick se simțea în largul lui cu mine, iar după cum spunea el, „ședințele cu mine îi făceau la fel de multă plăcere ca și citirea cărților științifico-fantastice”. Dar mai întâmpina încă dificultăți în Miami-ul de dincolo de cabinetul meu. Deși era mai puțin influențat de valorile și părerile altor persoane, în special ale tatălui său, se simțea încă nesigur în prezența femeilor și a tuturor necunoscuților.

„Acum, în loc să fiu disperat”, a spus el, „mă simt doar singur. Îmi plac gândurile cu care adorm, dar aș fi mai fericit dacă ar fi și un corp de femeie lângă mine, pentru a le ține companie.” A închis ochii. „Poate, într-o viață viitoare”, a spus el visător.

„Poate”, am spus. „N-ai vrea să afli?”

„Numele meu este Maddie”, a spus Patrick. „De obicei, femeile nu sunt chemate să participe la cercetările astronomice de nivel înalt, dar notele mele erau foarte mari în comparație cu cele ale colegilor mei bărbați, iar munca depusă la centrul spațial este

atât de plină de succese, încât nu au putut să mă dea la o parte – i-am dat în judecată.”

Unele lucruri nu se schimbă niciodată, m-am gândit. Misoginismul din viitor nu pare prea diferit de misoginismul din prezent. Mi-a plăcut de Maddie imediat. Era evident o luptătoare aprigă și dură pentru drepturile ei – o evoluție bună pentru Patrick.

„Ce an este?“, am întrebat.

„Anul două mii două sute cincizeci și patru“, a răspuns ea imediat. „Luna mai, ziua joi, ora zece și șaptesprezece seara.”

„Ce vârstă ai?”

„Treizeci și unu” – vârsta lui Patrick în această viață.

„De unde vorbești?”

„Din observator, bineînțeles. Sunt aici, înconjurată de computerele mele, de telescoapele mele, de dispozitivele mele de ascultare. Sunt aici de dimineață – ora mea obișnuită – și nu pot fi mai fericită de atât.”

„La ce anume lucrezi?” A oftat.

„Cred că e în regulă dacă îți spun. Presa a aflat informația cu câteva săptămâni în urmă și se tot distrează de atunci. Și prietenii râd de mine, dar te asigur că este cât se poate de serios.”

„Nu am nici o îndoială“, am spus sobru.

„Studiem originea, structura și dispariția ocazională a civilizațiilor extraterestre.”

Mărturisesc că am fost năucit. Dacă asta era o fantezie, era potrivită pentru Patrick – o continuare directă a lecturilor lui din copilărie. Dar dacă era real și dacă viața lui de acum șaiszeci de mii de ani era reală, atunci cât de minunat era ca în acest moment din viitor, să poată să-și cerceteze rădăcinile trecutului.

„De unde provin informațiile tale?”

Maddie a părut plăcut surprinsă de întrebare, adoptând un ton profesional, care mi-era familiar din anii de facultate.

„Pe scurt – și ceea ce facem nu este nicidecum o treabă simplă – am folosit date de la sondele spațiale, pentru a „asculta” mesajele de pe alte planete, din alte galaxii. Ceea ce aflăm de la ele se combină apoi cu informațiile strânse de la cele șaisprezece stații

spațiale care călătoresc în întreg sistemul solar și, până acum, avem o imagine destul de bună despre întregul peisaj. Se pare că sunt zeci de civilizații, de astfel de societăți. Cele mai multe dintre ele sunt prea îndepărtate și nu pot exista între noi decât cele mai rudimentare contacte – semnale trimise de noi la ei și de la ei la noi, care anunță ambele societăți că *existăm*. Dar cu alții, cu cei mai apropiați – cei care posedă tehnologia pentru asta – ei bine, se pare că vom avea niște vizite curând.”

„Ne vor vizita ei pe noi, sau noi pe ei?”

„Oo, ei vor veni la noi. Noi nu suntem suficient de avansați în domeniul călătoriilor în spațiu. De-abia am putut să depășim granițele sistemului nostru solar.”

A făcut o pauză; ochii îi erau strălucitori.

„Dar când vor veni și îi vom putea arăta lumii, gândește-te la cum vor crește fondurile pe care le primim de la guvern!”

„O să apuci ziua aia”, am spus.

„Cred și eu! Iar presa și prietenii mei care au râs de noi – ei bine, o să-și roadă unghiile.”

Maddie a fost neclară în ceea ce privește familia, prietenii și relațiile personale. Când am întrebat-o, a schimbat subiectul și a revenit din nou la muncă. Evident, aceasta era partea din viața viitoare care-l inspira pe Patrick, și, ca de obicei, nu am forțat pacientul să cerceteze ceea ce nu dorește.

Tocmai voiam să cer mai multe detalii despre studiul de cercetare al lui Maddie când atenția i s-a mutat și a plecat din acea viață revenind în cea prezentă. Încă sub influența hipnozei, el a privit-o dintr-o perspectivă superioară.

„În ultimii trei ani m-am tot gândit să fac un curs de astronomie la Universitatea din Miami. Măcar voi participa la el, dacă nu mă vor accepta ca student. Dar am tot amânat – eram prea timid ca să încerc, presupun. Dar acum văd că sunt menit să-l fac.

Este următorul pas în pregătirea mea pentru următoarea viață și activitate.” A respirat și apoi a spus rar și calm:

„Este menirea pe care am căutat-o.”



După ce a plecat, am scris o notă despre conceptele de menire în viață și de liber arbitru, care sunt atât de importante în munca mea: „Patrick va alege să urmeze cursul de astronomie și, în același timp, aceasta este menirea lui. Cele două sunt puternic legate între ele. Aplicarea corectă a liberului arbitru ne va purta pe calea aleasă de destin. Pe de altă parte, alegerile care nu sunt corecte ne vor îndepărta de la menirea noastră, întârziind progresul nostru spiritual și complicându-ne viețile. Este mult mai ușor să facem alegeri corecte, dacă aruncăm o privire rapidă în viitor – fie în această viață, fie în cele ce vor veni.”

Faptul că și-a văzut viitorul a cristalizat, în mod cert, decizia lui Patrick de a face cursul de astronomie. El s-a înscris cu prima ocazie. Patrick a primit curând confirmarea că se află într-adevăr pe calea destinului său autentic. În al doilea semestru al cursului de astronomie, mi-a telefonat. Terminasem de mult terapia și, de atunci, nu mai știam nimic de el.

„Trebuie să vă văd”, a spus.

Uf-oh. Am stabilit o dată și m-am întrebat ce s-a putut întâmpla. Oare, Patrick se transformase dintr-un bărbat absolut nesigur pe sine, într-unul care părea împăcat cu sine și cu limitele lui? Din lunga sa absență am presupus că totul era bine, dar poate că ceva l-a aruncat din nou în fosta lui stare de neliniște. Dimpotrivă, a intrat energic în cabinet, ca un animal de casă prea zelos, și mi-a prins mâna într-o strânsoare fermă. În timp ce înainte îmi evita privirea, acum se uita stăruitor în ochii mei.

„Ce s-a întâmplat?”, am întrebat, odată ce temerile cu privire la el mi s-au împrăștiat. Îmbrăcat îngrijit, proaspăt ras, cu părul îngrijit, buna lui dispoziție era vizibilă.

Avea la el un mic pachet, pe care l-a pus pe biroul meu.

„Am întâlnit o fată.”

„Minunat!” Dar și surprinzător. Mă așteptam să se descurce din punct de vedere al învățăturii, dar nu neapărat și social. Siguranța într-un domeniu al vieții înseamnă deseori siguranță în altele. Asta este, în mod evident, ceea ce se întâmplase în interiorul lui.

„Povestește-mi despre ea”, am spus.

„Numele ei este Sara.“ A zâmbit larg. „Este tocilară ca și mine.“

„Ai întâlnit-o la școală?“

„Da. Poate nu că e prea frumoasă ca aspect exterior – deși nu este o urâtă, să fie clar – dar creierul ei este minunat. Ea este frumoasă.“

„Este interesată de astronomie?“

„Bineînțeles. Altfel nu ar face cursul. Are douăzeci și șapte de ani, lucrează la o firmă de arhitectură unde nu are perspective și a hotărât să-și schimbe viața. Coincidență, nu-i așa?“

Sau destin, m-am gândit. Dacă Patrick nu se hotăra să-și schimbe și el viața, aproape sigur că nu ar fi întâlnit-o niciodată pe Sara. Eram încântat de bucuria lui.

„Ne-am logodit“, a spus. „Ne vom căsători la iarnă. De asta am vrut să te văd, să-ți spun că asta nu s-ar fi întâmplat fără ajutorul tău și să-ți mulțumesc personal.“

„Asta e rostul terapiei. Mă bucur că a funcționat atât de bine.“

Mi-a arătat pachetul pe care-l pusese pe birou.

„Ți-am adus un dar.“

L-am luat în mână.

„Nu-l deschide decât după ce plec“, a spus, dintr-o dată rușinat. „Sper să-ți placă“.

După ce și-a îndeplinit misiunea, era în mod evident nerăbdător să plece și nu l-am reținut. Ne-am strâns mâinile, știind că nu ne vom mai întâlni niciodată.

După ce a plecat, am deschis pachetul. Era o carte: *Mașina timpului*, de H.G. Wells.



CAPITOLUL 10

JOHN: LIBER ARBITRU ȘI DESTIN

Am vorbit mai devreme despre liber arbitru și destin, iar aceasta este o temă majoră în cartea mea anterioară, *Numai iubirea este reală*. Totuși, este o lecție extrem de importantă, deoarece ea se ivește frecvent în viețile noastre. Aud despre asta în fiecare zi, la pacienții și la colegii mei care au o activitate similară.

Destinul și liberul arbitru par să coexiste. Există o inteligență, o înțelepciune, sau o conștiință care știe cum se vor finaliza evenimentele și relațiile. Hamlet definește asta ca pe un destin „care dă formă rezultatelor noastre”.

Noi, pe Pământ, nu știm care va fi finalul, dar *putem influența modul în care se vor desfășura lucrurile mai târziu în viața noastră și în cele ce vor veni, prin acțiunile și comportamentele noastre actuale – prin intermediul liberului arbitru*.

La fel cum sufletul face o analiză a vieții atunci când aceasta se sfârșește, se pare că la fel se întâmplă și înainte de a ne naște. El planifică viața. Voi acționa în planul compasiunii, sau al empatiei, sau nonviolenței, de exemplu. El vede modul în care este structurată viața, pe cine urmează să întâlnim, cine ne va ajuta de-a lungul căii spirituale și cum îi vom ajuta noi pe ei. (Este complicat, deoarece există o interacțiune cu celelalte suflete și ele au, la rândul lor, planuri proprii.) Oamenii pe care-i întâlnim și experiențele planificate care au rostul de a ne ajuta să învățăm – acesta este destinul.

Bine. Ați întâlnit această persoană minunată și, în trecerea în revistă a vieții, ați planificat să vă petreceți restul vieții împreună, învățând împreună, ajutându-vă unul pe celălalt pe măsură ce avansați pe drumul spre nemurire. Dar persoana are o religie nepotrivită,

sau locuieste la o distantă prea mare, sau intervin părinții voștri, sau nu aveți curajul de a trece peste influența culturii în care v-ați născut, astfel încât alegeți să nu vă căsătoriți cu acea persoană spiritual sau fizic. Acesta este liber arbitru.

Ați avut de ales o posibilitate și, în deplină libertate, ați spus nu. Alegerea aceasta vă va aduce într-un punct de destin care, poate, nu ar fi apărut dacă ați fi spus da. Acesta este modul în care ne schimbăm viitorul în această viață.

Dacă vă întâlniți cu această persoană și vă căsătoriți, veți merge pe un drum pe care l-ați ales folosindu-vă liberul arbitru și asta va afecta restul acestei vieți și cele viitoare. Dacă hotărâți să vă despărțiți, veți merge pe un alt drum și poate veți învăța alte lecții.

Poate veți întâlni un alt suflet pereche, sau poate experiențele voastre vor fi altele. Veți acționa în principal la nivelul empatiei, să spunem, și nu al nonviolentei. Cele mai importante întrebări sunt cât de rapid vă veți însuși lecțiile și câtă fericire, spiritualitate, liniște și așa mai departe, veți avea în viață.

Răspunsurile depind, în mare măsură, de liberul vostru arbitru. Este ca și când te-ai cățăra într-un copac: sunt multe ramuri diferite și multe opțiuni posibile. Veți ajunge în vârful copacului în final, dar o puteți face în cinci vieți, sau zece, sau treizeci.

Câte vieți vă vor trebui pentru a îndeplini scopul sufletului de a învăța compasiunea, de exemplu? Va depinde de alegerile pe care le faceți. Astfel, destinul (în definitiv, copacul era acolo) și liberul arbitru coexistă.

Nu cred în clarvăzători care spun: „Veți întâlni această persoană minunată, în 2008 și te vei căsători”.

Ei pot fi clarvăzători pricepuți și talentați, și poate au dreptate că îți vei întâlni partenerul în 2008, dar liberul tău arbitru va hotărî dacă vei rămâne cu el/ea toată viața. Vei alege bazându-te pe propria ta intuiție, nu pe cea a clarvăzătorului.



Iată un exemplu de alegere făcută în prezent, care va schimba viețile viitoare ale unei persoane. Nu a fost luată ușor. Alegerile făcute în viețile anterioare au influențat-o pe aceasta și dacă nu ar fi

putut să arunce o privire în aceste vieți și să le înțeleagă, nu sunt sigur cât de mult timp i-ar fi luat pentru a găsi calea dreaptă.

Numele lui era John și a murit în ceea ce poate să fi fost Marele Incendiu din Londra. Nu era sigur de dată, doar că era un incendiu, că era în Evul Mediu, orașul era Londra și că a murit. Evenimentul l-a traumatizat în viețile următoare.

Nu am știut asta imediat. Ca în cazul tuturor pacienților mei, am petrecut primele ședințe discutând de problemele lui actuale și încercând să descopăr dacă exista o cauză originară a lor în copilărie, sau în alte domenii ale vieții lui din prezent. Apoi, au fost o serie de regresii care au condus spre imagini șterse și neconcludente și una care ne-a condus spre un trecut clar, dar nu la incendiu.

Primul lucru pe care trebuia să-l cunosc despre el – mi-a spus aproape imediat ce ne-am strâns mâna – era că este bogat. De obicei, oamenii îți spun vârsta, unde locuiesc, dacă sunt căsătoriți, câte ceva despre trecutul familiei, sau ce ocupație au. Dar nu John.

„Sunt un om bogat“, a spus și apoi a tăcut, de parcă asta era tot ceea ce trebuia să știu. Am fost tentat să spun:

„Ei bine, bravo ție“. Bogăția nu mă impresionează, iar să te lauzi cu ea demonstrează nu doar proastă educație, dar și prost gust. Dar mi-am dat seama curând că nu se lăuda, deoarece afirmația fusese făcută fără bucurie sau mândrie. Era ca și când bogăția era problema pentru care venise să mă vadă.

Vom ajunge și acolo. În primul rând, doream să-i studiez aspectul exterior și apoi, să-i cunosc trecutul.

De fapt, aspectul exterior al lui John îi demonstra bogăția aproape la fel de direct cum o făcuse și el. Avea cu puțin peste șaiszeci de ani și avea genul de înfățișare de manechin care vine odată cu operațiile plastice, cămășile la comandă, vacanțele dese în Marea Caraibelor (sau cu un aparat bun de bronzat), tratamentele de albire a dinților, un antrenor personal, tunsori de 200\$ și o manichiură pe săptămână. Aveam senzația că, dacă cineva l-ar fi lovit ușor cu un ciocan, s-ar fi sfărâmat ca fațada unei case în ruină.

Nu m-ar fi surprins să fi fost, sau să mai fie, model, deși nu mi se părea ocupația potrivită pentru el. Într-adevăr, după cum am aflat, nu avea nici o profesie.

Trăia într-o casă mare în Palm Beach cu douăzeci de camere, servitori și un garaj pentru patru mașini. Soția lui, Lauren, a cărei fotografie, soția mea, Carole, o văzuse nu doar în paginile ziarului *Miami Herald*, dar și în articole despre lumea bună din Florida în *Vogue* și *Vanity Fair*. Mai exista o casă și în Barbados, un apartament în Londra și o casă mai mică în New York. Mai erau și doi copii, Stacey, nouăsprezece ani, studentă în anul al doilea la Wellesley, „specializându-se în băieți“, a spus John, și Ralph, douăzeci și cinci de ani, care urma să termine dreptul și spera să se angajeze la o Curte Supremă de Justiție. John nu prea era optimist în ceea ce privea șansele băiatului.

„Dar tu?“, am întrebat. „Părinții tăi mai trăiesc?“

„Au murit acum opt și zece ani.“

„Ai avut o relație bună cu ei?“

„Cred că da. Erau persoane foarte sociabile. Când eram copil, am fost crescut de guvernante, dar Mama și Tata m-au luat de seori cu ei în călătorii. De la doisprezece ani m-au lăsat, uneori, să iau masa cu ei când aveau invitați. Când eram numai noi trei, mâncam împreună, bineînțeles, dar asta nu se întâmpla des.“

„Cine erau invitații lor?“

„Prietenii lor, evident – în principal vecini. Când veneau la cină, eram și eu acolo. Le plăcea să joace bridge după masă, dar până atunci eu eram deja în pat. Și apoi, erau și invitații de afaceri. Prezența mea la astfel de mese era strict interzisă. Tata era ceea ce se numește „specialist internațional în finanțe“, indiferent de ce înseamnă asta. Veneau tot felul de bancheri celebri, împreună cu câte un dictator detronat ocazional al vreunei țări din America de Sud și, din când în când, câte un mahăr din Europa. Margaret Thatcher a rămas odată peste noapte la noi. A fost o agitație!“

„Te cred. Dar nu e prea plăcut pentru un băiețel.“

„Deloc“, a spus John. „Am simțit întotdeauna că eram mai puțin important pentru tatăl meu decât asociații lui de afaceri.“

„Iar mama ta?”

„Mai puțin importantă decât tatăl meu.”

A spus-o în glumă, dar am simțit durerea din spatele ei.

Mama lui își concentrase atenția pe tatăl lui, nu pe el.

„Alți frați sau surori?”

„Sunt singur la părinți. Nu aveau timp să negligeze mai mult de un copil.”

„Dar prietenii din copilărie?”

„Zeci de cunoștințe, dar nici un prieten apropiat. Părinții mei organizau petreceri uriașe de ziua mea de naștere și parcă toți copiii din Florida veneau, dar am realizat curând că ei erau acolo pentru mâncare, pentru călăritul poneilor și din interes, nu pentru că eram aproape de inima lor.

Chiar și prietenii mei de la școală erau doar atât – prieteni de la școală. Și eu ca și ei eram supravegheați – foarte îndeaproape – astfel încât nu reușeam niciodată să facem pozne. Până și acum sunt invidios când aud de bande de stradă sau case de corecție. Mi se pare că băieții aceia s-au distrat mai mult decât mine.”

Micile lui ironii ascundeau mari răni, m-am gândit. Este greu să fii un accesoriu în viața părinților.

Știam din notițele asistentului meu, luate atunci când John a sunat pentru prima dată să se programeze, că nu mai urmăsea nici o psihoterapie, deși nefericirea lui dura de mult timp și m-am întrebat ce incident anume l-a împins să vină la mine.

„Deci ai crescut foarte izolat?”, am întrebat.

„Foarte bine spus. Eram ca o tapițerie pe pereții lor, frumoasă și frumos țesută, dar nimic mai mult decât un obiect de decor.” S-a gândit un moment. „Totuși, cred că mă iubeau în felul lor.”

„Dar facultatea? Cu siguranță ai putut evada atunci.”

„Tot drumul spre Universitatea Southern California.”

„Și viața ta s-a schimbat?”

„Pentru cele trei luni cât am stat acolo.”

„Ai fost exmatriculat?”

„A, nu! Nimic atât de dramatic. Am renunțat.”

„De ce?”

„Pentru că era prea multă muncă.”

„Nu-ți plăcea să înveți?”

„Nu *puteam* să învăț. Nu avea nici un rost. Așa că a fost prea greu să pun mâna pe o carte, sau pe o eprubetă.”

„Nu de asta este nevoie ca să iei o diplomă?”

„Cred că da. Nu aveam nevoie de una ca să nu muncesc.”

„Asta stabilizești deja la optsprezece ani, că vei face în viitor?”

„Conștient, nu – dar în subconștient, da.”

„Dar cum e cu învățatul de plăcere? Entuziasm intelectual?”

„Când învăț ceva, nu simt nici o bucurie sau entuziasm.”

Mă exaspera. „Nu te interesează *nimic*”

„Multe lucruri, dar niciodată mai mult de o lună. După ce am renunțat la facultate, am încercat mai multe slujbe: în afaceri imobiliare, în domeniul bancar, ca agent de vânzări la Porche, ca agent de vânzări de articole sportive.

Nu am ajuns nicăieri, cu nici una dintre ele.”

„Ce ziceau părinții tăi despre asta?”

„Nu sunt sigur că știau. Cu siguranță că nu le păsa. Vezi tu, când am făcut douăzeci și unu de ani, am avut acces la fondul meu. Un milion pe an, suficient să mă descurc. Am închiriat o casă în Malibu și m-am devotat singurului meu interes constant: obsesia mea de când aveam cincisprezece ani.”

„Care este?”

„Fetele. Femeile. Forma feminină, trupul feminin.” A zâmbit. Cum am spus, de la vârsta de cincisprezece ani, o obsesie.”

„Deci ai avut aventuri, relații romantice...”

„Categoric. Și aventuri de o noapte, distracții trecătoare. Orice. Nu am plătit niciodată pentru sex, cel puțin nu în sensul de a angaja prostituate, dar, oricum, fetele mele erau costisitoare. Cele mai bune restaurante, câte o bijuterie ieftină pentru cele mai grozave – și, în celelalte cazuri, le conduceam acasă cu limuzina.”

„Cât de multe au fost?”

„Sute.”

„Și cât durau relațiile serioase?”

„Puterea mea de concentrare obișnuită: mai puțin de o lună.”

„Dar soția ta ...“

„Lauren. Ea a fost, bineînțeles, una dintre cele grozave, altfel nu m-aș fi căsătorit cu ea.“

„De cât timp ești căsătorit?“

„De douăzeci și șase de ani.“

„Se pare că ți-ai depășit cu mult puterea de concentrare.“

„Nu chiar. Suntem căsătoriți de mult timp, e adevărat, dar ne-am plictisit amândoi repede. În ceea ce ne privește, este mai mult o afacere.“ Mintea mea s-a cutremurat.

„S-o ademenești...“

„Niciodată! Ce crezi că sunt? Nu. Afacerea ei și a mea este să fim bogați. Cu resursele noastre financiare, putem cumpăra tot ce dorim. *Orice*.“

„Dă-mi un exemplu.“

„Ei bine... Madagascarul.“

„Ai cumpărat Madagascarul?“ A râs.

„Nu chiar. De fapt, banii noștri merg spre activități de ajuto-rare. Părinții mei au înființat o fundație de caritate. Fundația a elab-orat programe de educație la domiciliu, pentru copiii de patru și cinci ani din familii cu probleme, a înființat clinici SIDA în șaptespre-zece locații diferite și mai urmează – genul ăsta de lucruri. Iar eu și Lauren contribuim în mod serios.“

„Dar nu participi activ la conducerea activității?“ Se amuză iar, dar, de data asta, râsul este colorat de puțină amărăciune.

„Nu aş putea administra nici un stand cu limonadă.“

„Ei, atunci muncești în folosul ei. Cauți proiecte noi.“

A dat din umeri.

„Prea multă muncă. Prea mult deranj.“

„Și Lauren crede la fel?“

„Ea are propria ei firmă de relații cu publicul. Îi ocupă tot tim-pul, deși Dumnezeu știe că nu mai are nevoie de bani.“

M-am hotărât să-l provoc. Aparenta lipsă a oricărui interes, a oricărui țel, părea simptomul unui suflet neliniștit.

„În timp ce tu stai acasă, făcând ce-ți place, trăgând de greu-tăți și un pui de somn din când în când, dacă ți se pare prea greu.“

S-a uitat la mine, înțepat.

„Ai dreptate în afară de un singur lucru: somnul.“

„Atunci, zece ore pe noapte de somn este suficient?“

Scrobeala a cedat. Corpul i s-a încovoiat iar privirea îi părea hăituită.

„În ultimul timp, nu am mai putut să dorm. Niciodată singur și nu există medicament suficient de puternic pentru a mă ține adormit mai mult de o oră sau două.“

„Și totuși, duci o viață ideală: bani din belșug, arăți bine, femeii, o soție înțeleghătoare, o casă grozavă. Da, poate ai avut părinți care te-au neglijat, dar ți-au asigurat viitorul și îmi spui că te-au iubit. Ce forță este atât de puternică încât nu te lasă să dormi?“

S-a luptat să rămână calm – și nu a reușit.

„Panica, Dr. Weiss. O spaimă constantă, groaznică.“

Am simțit cum mi s-a ridicat părul de pe brațe.

„Spaimă de ce?“

„De moarte. Fug și fug și fug de frica asta, dar mă prinde întotdeauna din urmă. Femeile – ele sunt doar o diversiune. Așa și toate slujbele pe care le-am avut. Nimic nu a îndepărtat frica. Îmi este greu să ies afară – a fost greu să vin aici – deoarece sunt sigur că o să am un accident. Nu vreau să conduc, nu pot să conduc.“

Casa noastră are mai multe sisteme de alarmă decât casa unui mafiot. Călătorim rar; avioanele sunt capcane mortale. Un sunet puternic brusc? Sunt sub masă.

Sunt caun veteran din Vietnam care suferă de SSPT (Sindrom de Stres Post Traumatic), numai că nu am fost niciodată în război.

Ideea de a folosi o armă este ridicolă. Iisuse, mi-e frică să tai *curcanul* de pe masă! Săptămâna trecută am auzit rateul unei mașini și am leșinat. Am hotărât că sunt nebun și ar fi bine să fac ceva în sensul ăsta, așa că v-am sunat.“

S-a lăsat pe spătarul scaunului, palid și cutremurat. Deseori îmi este greu să-mi dau seama dacă toate cauzele simptomelor unui pacient stau în viața actuală sau în una trecută. Aici, datorită trecutului lui John, părea să nu fie nici un dubiu: Doar ceva ce s-a întâmplat într-o viață anterioară, sau în mai multe, putea explica trauma. Am discutat problema cu el.

„Sunt de acord“, a spus. „Nu poate fi nimic mai rău decât ceea ce simt deja.“



Primele noastre încercări nu au fost concludente. Era ca și când John nu dorea să-și cerceteze trecutul. În final, a ajuns într-o perioadă semnificativă care l-a dinamizat.

„Este acum multe secole“, a spus John, cu ochii închiși, dar cu corpul încordat. „Sunt un mare luptător, un rege luptător. Armata pe care o conduc și-a așezat tabăra în afara unui oraș fortificat, cu ziduri impenetrabile, deoarece mulți dintre oamenii mei s-au îmbolnăvit de dizenterie și prea puțini dintre ei se simt suficient de bine pentru a organiza un atac. Oricum, dacă nu luăm orașul, slăbiciunea noastră va deveni cunoscută și vom fi măcelăriți pe câmp.“

Am aranjat o întâlnire cu cărmuitorul orașului, dar înainte de a avea loc, i-am pus pe oameni să-și ridice corturile și să-și pună armurile pentru a ascunde starea dificilă în care ne aflăm. Ce vede el când se uită la noi printre creneluri, îi spun cărmuitorului, este doar o mică parte din armata mea.

La nu mai puțin de 7 km distanță se află o forță de trei mii de oameni, care așteaptă semnalul meu ca să atace. Ei au fost fără femeii mai multe luni; violarea nevestelor și fiicelor oamenilor lui va fi doar una dintre consecințele de care poate fi sigur dacă orașul cade. Bărbații vor fi omorâți, iar copiii vor fi arși în flăcări.

Oamenii mei au comis astfel de atrocități și în alte bătălii și cărmuitorului i-au ajuns la urechi aceste zvonuri, astfel încât mă crede ce spun. Ce vrei să faci?, mă întreabă. Predă-te fără luptă.

Lasă-ne să ocupăm orașul doar pentru perioada în care ne vom odihni și vom îngriji caii. Apoi vom pleca. Sunt bătălii mai importante de câștigat în alte părți.

Cărmuitorul este de acord. Deschide porțile cetății. Oamenii mei atacă imediat. Ei îi omoară pe toți bărbații în putere. Violează toate femeile, iar eu o violez pe fata cărmuitorului, deoarece și eu am fost fără femeie de prea mult timp. Când terminăm, dăm foc la oraș, bătând în cuie porțile. Focul se întinde la pădurile din apro-

piere, dar oamenii mei sunt nevătămați. Toți cei din cetate ard de vii. Numele meu devine sinonim cu cruzimea și cu distrugerea.

Sunt temut în toată regiunea. Marii conducători îmi oferă bogății nenumărate pentru a se feri de atacurile mele. Pot cumpăra tot ce doresc, pot avea tot ce doresc." L-am adus în prezent.

„Inclusiv Madagascarul?“, am întrebat, când am discutat despre sentimentul lui de bogăție și putere.

A văzut legătura dintre viața anterioară și cea actuală, dar gluma mea nu l-a amuzat. Era cutremurat de amploarea cruzimii lui, îngrozit că într-o oarecare viață, într-o oarecare persoană, a fost capabil de viol și crimă.

„Cred că ai plătit pentru asta.“

„În altă viață?“

„Exact. În acea viață ai rămas nevătămat. Trebuie să-ți fi fost teamă că cineva se va răzbuna pe tine“ A aprobat din cap. „Dar nimeni nu a făcut-o. Teama pe care ai simțit-o când te uitai în urma ta nu se măsoară cu teroarea pe care o simți astăzi.“

A inspirat adânc și a expirat oftând.

„Atunci, hai să mergem înapoi din nou.“



Era perioada Marelui Incendiu. John era un neguțator bogat, care-și neglija soția și cei doi copii pentru nenumăratele lui afaceri. Soția îl părăsise, preferând să rămână fără nici un ban decât să stea cu el, și luase copiii cu ea. Unul dintre ei, fiica lor de șase ani, Alice, era la el în vizită, cerșind bani, când a început focul.

El căzuse într-un somn de bețiv, pe pat. Fiica lui disperată nu fusese în stare să-l ridice când a simțit prima mirosul de fum. Nu i-ar fi folosit nici unuia dintre ei, dacă ar fi reușit. Focul mistuia tot, casele de lemn din Londra și toate celelalte, vii sau neînsuflețite, el cuprindea totul și făcea pietrele din caldarâm atât de fierbinți încât fuga era imposibilă.

„Prima mea senzație a fost că nu pot respira“, a spus John, gâfâind chiar în timp ce retrăia evenimentul. „Fumul era atât de gros, încât era imposibil să vezi. O puteam auzi pe Alice cum țipa când părul i-a luat foc, dar curând țipetele nu s-au mai auzit. Cred

că, slavă Domnului, murise. Moartea a venit să mă ia și pe mine, dar a făcut-o încet. Flăcările parcă s-au târât în susul corpului, în loc să mă cuprindă complet. Picioarele mele au ars primele, apoi trunchiul și după mult timp capul. A fost ca și când eram răstignit pentru păcate cum ar fi beția și adulterul – păcate grele, recunosc, dar nu cred că meritam o sentință la moarte atât de aspră.”

În momentele de analiză a vieții, John și-a dat seama că el *comisese* păcate ce impuneau pedeapsa cea mai aspră, doar că ele erau din viața anterioară. De asemenea, a înțeles de ce frica lui era atât de mare. Nu putea fi nimic mai rău decât agonia pe care o trăise în Londra și, până și gândul că așa ceva s-ar mai putea întâmpla, era de nesuportat. În loc să-l traumatizeze în continuare, imaginile ce arătau cruzimea lui și pedeapsa ulterioară prin foc a declanșat în el impulsuri de compasiune și caritate. A devenit mult mai interesat de fundația părinților lui, canalizând în sfârșit marea lui avere în proiecte pe care le supraveghea personal; unul era finanțarea echipelor auxiliare de pompieri – ce potrivit! A încetat să mai umble cu femeii, a încercat să creeze o punte peste prăpastia dintre el și Lauren (proces care nu s-a terminat, el continuă și acum) și a făcut cursuri de economie și management, așteptând ca, într-o zi, să preia conducerea fundației. Acum putea să doarmă și, odată cu asta, a apărut și o energie care l-a surprins mai mult pe el, decât pe mine. Compasiunea îți oferă energie.

Am continuat să-l consult multe luni – nu pentru a-l regresa, ci pentru a discuta despre o depresie trenantă. Mi-a spus că, indiferent cât de mult se dedica actelor de caritate, tot nu era de ajuns. Am putut să-l asigur că era pe calea cea bună și că vor mai exista vieți în care să pună mai bine în practică ceea ce învățase. Aproape de sfârșitul tratamentului, John a fost de acord să-l progrezes în viitorul apropiat și în cel îndepărtat. Datorită rezultatului pozitiv al regresiilor anterioare, a întâmpinat cu bucurie ideea de a merge în viitor. Devenise un subiect excelent pentru hipnoză și trăise scene vii din vieți anterioare. Poate că va fi la fel și în cazul vieților viitoare.

Înainte de venirea lui John la ședința de progresie, m-am gândit la puterea destinului și a liberului arbitru. În trecutul îndepărtat,

destinul îl făcuse conducătorul unor oameni; puterea lui atât asupra aliaților cât și a inamicilor era enormă. Totuși, a ales să-și folosească puterea și averea pentru a-și glorifica propria persoană, pentru a-i subjugă pe alții, mai curând pentru beneficiul celor puțini, decât pentru al celor mulți. Decizia aceea l-a costat mult în viețile care au urmat, atât în Londra cât și în Miami din secolul douăzeci și unu. Dacă ar fi ales altă cale – și-ar fi folosit poziția în beneficiul comunității și ar fi dat dovadă de compasiune și iubire – atunci ar fi trăit o serie diferită de vieți și nu ar fi trebuit să mai ajungă în cabinetul meu, nefericit și înspăimântat. Liberul nostru arbitru ne duce uneori spre rău, nu spre bine; spre egoism și nu altruism; spre izolare, nu spre compasiune; spre ură, nu spre iubire. Trebuie să învățăm că, liberul arbitru este periculos, dacă nu este folosit corect.

Capacitatea lui John de a atinge niveluri profunde sub hipnoză m-a convins că relatările călătoriilor lui în viitor vor fi exacte, alcătuite mai degrabă din experiențe reale decât din iluzii, sau dorințe. El a avut capacitatea de a pune deoparte mintea sa cognitivă, intelectul, pentru a trăi experiența viitorului în mod direct, fără distorsiuni. După ce a atins un nivel de transă profundă, John s-a deplasat înainte în timp păstrându-și conștiința extracorporală. A fost repede abordat de două ființe spirituale înțelepte care l-au dus la o răscruce de drum, care indica direcția spre vieți viitoare. A „auzit” telepatice de la înțelepți că una dintre căi, cea de la stânga, era traseul pe care l-ar fi urmat dacă nu ar fi ales compasiunea, caritatea și generozitatea în această viață. Cea de la dreapta era recompensa lui pentru că a ales cu înțelepciune. L-am condus pe drumul din stânga pentru a vedea ce soartă evitase datorită acțiunilor lui din prezent.

„Sunt la capătul unui pod”, a spus, „învăluit de ceață. Dar când ajung în celălalt capăt pot vedea clar. Sunt o femeie pe nume Diana, americană. Este, poate, peste o sută, poate două sute de ani – nu mai mult – și îmi duc acasă fetița, cu care am venit de la un laborator. Am o căsnicie nefericită, soțul meu este pilotul unei nave pe pernă de aer, iar el nu mă mai iubește de mult timp și își satisface poftele sexuale cu alte femei. Deci, copilul nu este al lui. Nu am fost niciodată însărcinată. Copilul este rezultatul unei metode avan-

sate de clonare. Ea va fi, efectiv, o Diana micuță, deși sper ca viața ei să fie mai fericită decât a mea. Clonarea a fost perfecționată, deoarece fertilitatea oamenilor și natalitatea au scăzut în mod accelerat din cauza substanțelor chimice toxice din alimente, apă și aer. Cei mai mulți oameni aleg metoda de laborator și sunt bucuroasă că am făcut-o. Cel puțin nu este copilul soțului meu.

„Nu am călătorit mult, dar soțul meu da. A fost în toată lumea cu nava lui, a cărei viteză este mai mare decât cea a sunetului. Pe vremea când îmi mai vorbea, mi-a spus că fermele și pădurile au dispărut, că „accidente tehnologice“ au făcut multe zone nelocuibile și că oamenii locuiesc în orașe-stat enorme care, deseori, se războiesc între ele, poluând și mai mult planeta.”

Viața, așa cum o descria Diana, nu era mult diferită de perioada actuală. Oamenii sufereau încă de aceleași probleme și boli. Știința și tehnologia avansaseră, mai mult pentru a face rău decât bine, dar ambiția și prejudecățile oamenilor nu se schimbaseră.

Lumea era un loc și mai periculos. Alimentele sintetice au ajutat la potolirea foamei, dar poluarea amenința peștii și furnizarea cu apă. Am dus-o mai departe în viața ei și a început să plângă.

„Credeam că fiica mea va fi o bucurie pentru mine, dar s-a dovedit a fi la fel de rece și de nemiloasă ca și soțul meu. Am trăit mai mult de o sută de ani și totuși, fiecare zi a fost o povară, o vreme a tristeții. Moartea a fost o ușurare. Eram singură când am murit, ca de altfel în întreaga mea viață.”

L-am dus pe John înapoi la răscrucea de drumuri. Tot în stare de transă profundă, a înțeles imediat că a aflat cum s-a simțit soția lui din Londra, atunci când el, neguțătorul bogat, o neglijase. Era exact ceea ce a simțit când a devenit Diana, iar soțul ei a părăsit-o.

Însă John știa că Diana era o persoană dintr-o viață pe care nu o va trăi. A ales drumul din dreapta și l-am condus de-a lungul lui.

„Sunt președintele unei universități de prestigiu, în ceea ce fusese America înainte ca toate granițele naționale să dispară. Sunt extraordinar de bogat, dar trăiesc simplu împreună cu soția și cu cei trei copii într-o casă din campus. Îmi folosesc banii pentru burse, atrăgând la universitate cei mai talentați oameni din domeniul artelor

și științelor. Îmi place să lucrez cu ei; mințile lor tinere sunt pline de idei noi și inovatoare. Împreună – eu, ei și facultatea care-i învață – căutăm moduri de a uni oamenii Pământului, punând accent pe asemănările și nu pe diferențele dintre ei. Sunt o persoană renumită, dar asta nu înseamnă nimic în comparație cu bucuria pe care mi-o oferă viața mea.” Vizita lui John în viitor a fost scurtă; se va bucura pe deplin de acesta când va veni timpul. l-am recomandat să treacă dincolo de aceste două drumuri, spre un viitor și mai îndepărtat. A zâmbit fericit, fiind încă într-o stare profundă de hipnoză.

„Unde vrei să mă duc?”, a întrebat.

„Pot să mă duc oriunde vreau. Oamenii nu mai au nevoie de corpuri, deși le pot avea dacă doresc. Este amuzant pentru practicarea sporturilor, să spunem, și cu siguranță pentru sex. Dar putem merge oriunde și putem fi orice dorim, folosind vizualizarea și gândul. Comunicăm prin intermediul conștiinței și, de asemenea, prin aurele de lumină.”

Bucuria lui m-a încântat și pe mine.

„Din modul în care descrii, trebuie să fie într-un viitor foarte, foarte îndepărtat”, am spus, „multe mii de ani de acum încolo.”

„Nu”, a răspuns, „nu chiar așa de îndepărtat pe cât crezi, deși nu-ți pot spune anul. Vegetația este foarte luxuriantă și verde.”

(Din nou, această informație oglindea celelalte relatări pe care le mai auzisem.)

„Nu pot vedea mulți oameni, poate pentru că majoritatea nu doresc să posede corpuri; ei sunt fericiți sub formă de lumină și conștiință. Lumea este un loc liniștit, fără nici o idee de război, violență, tristețe sau suferință. Am putut să scanez planeta pentru a descoperi emoții negative; nu există nici una. Nu există dovezi de mânie, ură, frică. Doar liniște sufletească.”

Ar fi putut sta multe ore în viitorul pe care-l trăia la mine în cabinet, dar după ceasul meu era o dimineată de la începutul secolului al XXI-lea și mai era un pacient în camera de așteptare, astfel încât a trebuit să-l aduc înapoi. Când a venit la următoarea ședință, mi-a spus că nu mai vrea să meargă în viitorul foarte îndepărtat.

„Era prea frumos. Trebuie să trăiesc în prezent și, deocamdată, este suficient de frumos.”

John știa că învățase lecții prețioase de-a lungul vieților lui și că mai erau încă multe de învățat de acum încolo. Și-a dat seama că alegerile pe care le făcuse recent îi va afecta profund viitorul, dar că, în acest viitor, va trebui să facă alegeri diferite, la fel de importante, pentru a ajunge la măreția pe care o văzuse în călătoriile lui în viitorul îndepărtat.

„Dar alegerile mele, singure, nu vor aduce acel viitor”, a spus. „Deciziile colective ale tuturor oamenilor ne vor duce acolo.”

Poate da.

Și poate că acea vreme nu este, după spusele lui John, „atât de îndepărtată pe cât credeți.”



CAPITOLUL III

CONTEMPLAREA ȘI MEDITAȚIA

„În fiecare zi devin ceea ce sunt”. Citatul este reprodus din Robert Thurman, distinsul învățat budist de la Universitatea Columbia, iar pentru mine este un gând ce-mi oferă energie. Îmi place conceptul de proces și flux, pe care-l presupune.

În fiecare zi sunteți alții. Gândurile, intențiile, acțiunile, conștiința și percepțiile voastre evoluează permanent și, cu fiecare mutație, apare un nou eu. Nu sunteți aceleași persoane de acum cinci ani, sau chiar de acum cinci minute. La fel se întâmplă și cu cei dragi, cu prietenii sau cunoștințele voastre. Una dintre consecințe este că, deseori, reacționăm față de vechea persoană – și ea față de noi – așa cum o cunoșteam odată, astfel încât, de exemplu, bătașul din liceu rămâne pentru noi același bătaș atunci când îl revedem, deși se poate ca el să-și fi găsit pacea spirituală și se comportă în modul cel mai prietenos posibil.

Deci, evoluția nu are prea mult sens, dacă nu ești conștient de ea. Cum te poți maturiza, dacă nu vezi procesul desfășurându-se? Cum poți învăța de la viață, dacă nu te oprești pentru a o trăi? Cum poți concretiza tot ceea ce ți s-a întâmplat – fizic și psihologic – dacă nu oferi corpului și minții tale răgazul de a integra evenimentele respective? Cum te poți schimba așa cum o fac prietenii voștri și cei dragi?

Modul de evaluare personală, și a celorlalți, se face prin intermediul contemplării și meditației spirituale în stare de relaxare, iar momentul potrivit pentru a începe să faceți asta este acum. Există o diferență între ele, deși sunt foarte înrudite. Contemplarea înseamnă să te concentrezi pe un subiect sau pe un obiect specific – ideea de bunătate plină de iubire, de exemplu, sau frumusețea

unui fluture. Meditația presupune golirea completă a minții, într-o stare de concentrare sau observare atentă, liberă să accepte sentimentele, ideile, imaginile, sau viziunile care apar și să le lase să curgă spre toate aspectele obiectului sau gândului – pentru a-i înțelege forma, culoarea, *esența*. Este arta de a observa fără a gândi, fără comentariu mental. Este mult mai ușor pentru mintea occidentală să practice contemplarea. Suntem obișnuiți să ne concentrăm pe un anumit subiect, să ne gândim la el și să-l analizăm. Meditația este mai mult un concept oriental, greu de înțeles și care necesită foarte multă practică. Este nevoie de luni, sau ani, pentru a putea medita cu toată concentrarea necesară și s-ar putea să nu reușiți să stăpâniți pe deplin arta de a medita într-o singură viață.

Asta nu înseamnă, însă, că nu ar trebui să încercați să meditați acum. (Rețineți: În această viață, ca și în toate celelalte, voi progresați, conștient, către nemurire.) Încercarea însăși aduce propriile ei recompense și veți vedea că nu peste mult timp veți aștepta cu nerăbdare acea perioadă de singurătate în care se face meditația.

Ați putea dori să începeți cu contemplarea și obiectul asupra căruia să vă concentrați să fie propria persoană. Pentru a descoperi cine sunteți acum, gândiți-vă la voi înșivă, cei din acest moment. Lăsați deoparte orice gânduri ați putea avea despre sine, bune sau rele, pătrundeți în conștiința voastră. Ce imagini și sentimente negative, sau păreri, puteți considera ca fiind depășite, sau inexacte?

Ce impresii și sentimente pozitive și vindecătoare de sine ați adăuga? Care experiență de viață v-a influențat în modul cel mai profund? Ce ați face diferit, dacă ați avea o altă viață? Ideea nu este să vă „plăceți” pe voi înșivă, nici să emiteți judecăți de vreun fel la adresa voastră. Încercați să vedeți ce se află cu adevărat în spatele măștii pe care o arătați în lume.

Gândiți-vă la oamenii importanți din viața voastră. Părerile voastre despre ei sunt învechite? Propria voastră experiență v-a învățat să vă uitați la ei în mod diferit? Ei cum s-au schimbat? În ce fel vă vor face aceste schimbări să vă modificați relația cu ei, astfel încât relația să fie mai bună, să existe mai multă înțelegere, iubire? Cum vor înlesni ei apariția de noi schimbări în voi?

Noi toți suntem procese în devenire, care se deplasează cu viteze diferite de-a lungul căilor noastre spirituale. Dar, în fiecare zi, ar trebui să ne oprim și să aducem în mintea creatoare conceptele cheie, care pot să ne modeleze ca oameni ce doresc să se înalțe către Unul: iubire, bucurie, pace și Dumnezeu.

Contemplarea și meditația nu sunt simple, deoarece, cu cât pătrunzi mai adânc, cu atât se va fi simți mai profund că ați înțeles și această pătrundere în adânc presupune să săpați prin multe straturi de protecție. Suntem atât de îndoctrinați să gândim și să analizăm încât, încercările de a ne elibera sau de a ne goli mintea ne desfid însăși educația. Totuși, analiza este inversul contemplației și meditației și, pe măsură ce începem să explorăm, trebuie să renunțăm la ea. Nu este suficient să ne spunem: „Îmi eliberez mintea de toate lucrurile, în afară de noțiunea de bunătate plină de iubire“, sau, mergând mai departe: „Îmi eliberez mintea de toate gândurile și nu sunt atent la nimic și la totul în același timp“.

În ambele cazuri veți descoperi că lumea exterioară vă va distra atenția. Poate vă veți gândi la bunătatea plină de iubire pentru o vreme, dar sunt sigur că nu va trece mult până când vă veți aminti, că într-un timp nu erăți bun, sau că cineva nu a fost bun cu voi, și de aici poate răsări gândul: „Doamne! Este ziua mamei mele și am uitat să o sun“, sau orice alt gând care vă va arunca înapoi la preocupările de zi cu zi. Și, dacă încercați să vă goliți mintea de tot, în mod sigur, o veți găsi plină de lucruri lumești care-i abat atenția: că vă mănâncă nasul, sau că este o muscă în cameră, sau gândul că, dacă mai stați mult, pierdeți serialul favorit.



Discuția aceasta este, în principal, despre meditație, dar o mare parte din cele ce urmează se aplică și la contemplare.

Meditația oprește murmurul care ne umple de obicei mintea, iar liniștea rezultată ne permite să observăm fără a judeca, să atingem un nivel superior de detașare și, în final, să devenim conștienți de o stare de conștiință superioară.

Un exercițiu simplu poate să demonstreze cât de dificil este să-ți menții mintea goală de gânduri, sentimente, liste cu lucruri de

făcut, tulburări fizice, griji zilnice, sau preocupări pentru gospodărie sau serviciu.

După ce citiți acest paragraf, închideți ochii un minut sau două. (Vă sugerez să stați în scaunul vostru preferat, sau sprijinit de o pernă confortabilă, sau în pat. Așezați-vă într-o poziție cât mai confortabilă posibil.) Respirați adânc de câteva ori, eliminând pe expirație, toate tensiunile din corp. Încercați să vă mențineți mintea calmă și să nu vă gândiți la nimic, nici măcar la apusuri de soare minunate, sau la ape liniștite.

Scopul este acela de a liniști emisfera stângă a creierului, cea care gândește și analizează. Sunteți pregătiți? Începeți.

Nu a mers, nu-i așa?

Probabil ați avut câteva momente de relaxare și plăcere, dar, după aceea, poate v-ați gândit la cât de aiurea arătați cu o carte deschisă în mâini și cu ochii închiși. Apoi, poate la un raport: Îl voi termina la termen? Sau ați uitat de sosul care însoțește bucata de miel, pe care le veți servi musafirilor diseară? Tensiunile lumii de astăzi par să intervină permanent în viețile noastre de zi cu zi și într-un mediu aparent artificial – în singurătate într-o cameră liniștită și întunecată – ele par să ne bombardeze. Sub acest strat de stres, corpul fizic pare să funcționeze la un nivel înalt de vigilență – reacția numită luptă-sau-fugi – declanșând o serie întreagă de reacții psihologice. Poate vă este teamă, gândindu-vă că liniștea este întrucâtva amenințătoare. (Mulți dintre noi dau drumul la radio sau la televizor imediat ce ajung acasă, adesea pentru a alunga spaima de a fi asaltați de gânduri sau amintiri.)

Deci, cât timp ați stat liniștiți? Cinci minute? Pare a fi un început bun, vă spuneți, deși știți că nu este. Poate veți mai sta un minut sau două în plus mâine, ca și când meditația ar fi ceva ce trebuie să înduri.

Poate vă spuneți a doua zi, că în loc să meditați, mai bine să contemplați. Nu asupra propriei voastre persoane – este prea periculos să începi cu asta – ci, după cum sugerează doctorul Weiss, asupra unui subiect cum ar fi bunătatea plină de iubire. Contemplarea, ați citit voi, vă va implica mintea, conducându-vă spre o înțele-

gere mai profundă a bunăvoinței în ședința de azi – deoarece acesta este subiectul ales – iar în final, a propriei voastre ființe și a vieții care vă înconjoară. Și înțelegerea conduce spre libertate, bucurie, împlinire de sine și relații mai bune: adică, fericire.

A contempla un gând sau un concept înseamnă a te concentra pe sensul său și, după cum am menționat, este mai simplu decât să-ți golești mintea și să observi, esența meditației. În timp ce vă concentrați, vor ieși la suprafață diferite niveluri de înțelegere. De asemenea, asocierile voastre mentale cu esența obiectului sau a conceptului vă vor purta pe alte noi drumuri de înțelesuri și semnificații. Este în regulă să gândiți în timpul contemplării, atâta vreme cât rămâneți concentrați.

Ce imagini vă sugerează termenul de *bunătate plină de iubire*? Poate o persoană (mama? bunica?), sau o faptă pe care ați făcut-o spontan, sau o faptă al cărei beneficiar ați fost? Poate un *sens*, o senzație de căldură care vă inundă corpul și vă aduce în ochi o lacrimă de fericire? Odată ce ați definit imaginea sau sentimentul, veți înțelege mai mult decât definiția generală a sintagmei. Bunătatea plină de iubire este un act spiritual și concentrarea pe spiritual poate fi extrem de benefică.

Întregul vostru sistem de valori se va schimba în mod pozitiv, dacă bunătatea plină de iubire va sta la baza lui. Veți descoperi că temerile și anxietățile se vor reduce și chiar elimina. Procesul vostru de gândire vă va conduce de la definiția de bază la o înțelegere mai clară a naturii voastre spirituale. (În fond, vă contemplați pe voi înșivă!) Cu timpul, odată cu înțelegerea a ce anume este acea esență spirituală, în viața voastră de zi cu zi, va începe să se manifeste liniștea interioară, răbdarea, echilibrul și armonia.

De asemenea, vor exista și avantaje fizice. Odată cu scăderea temerilor și anxietății și instaurarea unui calm interior, corpul se va întări. Sistemul imunitar va fi mai puternic. Am văzut cum dispar boli cronice din corpul unor pacienți ale căror minți sunt liniștite. Unii au observat mutații de energie, care duc la apariția unor momente de intuiție și de înțelegere.

Mintea și corpul sunt atât de strâns legate între ele, încât vindecarea unuia duce la vindecarea celuilalt.

Uneori, când vă concentrați pe un concept, puteți descoperi că ceea ce observați diferă de ceea ce pregătirea, educația, sau trecutul v-au învățat. Vă puteți aștepta la așa ceva, deoarece toți am fost îndoctrinați cu sistemele de credință și principiile familiilor, profesorilor, culturilor și religiilor noastre. Faptul că vedeți lucrurile dintr-o perspectivă nouă nu vă va răni. Menținerea unei minți deschise este esențială. Dacă vă puteți acorda mintea la diferite idei și noi posibilități, atunci procesul de învățare poate continua.

Poate că ceea ce ați fost învățați când erați copil nu este ceea ce trăiți acum. Cum puteți afla, dacă mintea nu este activă și conștientă? Cum să vă puteți trezi la o realitate mai profundă, sau mai plină de semnificații, dacă nu permiteți minții să funcționeze de o manieră deschisă, fără a emite judecăți, până ce nu ați testat mental fiecare opțiune de unul singur? Încercați să nu înlăturați, sau să desconsiderați, sau să dați deoparte ceea ce trăiți, doar pentru că este ceva diferit de ceea ce ați fost învățați să credeți. Este posibil ca ceea ce pare ciudat, să fie adevărat – iar familiarul, să fie fals.

Când contemplați, nu vă grăbiți. Prin definiție, contemplarea presupune o concentrare mentală neprecipitată. Mintea voastră trebuie să reflecteze asupra reacțiilor ei, și ea poate să adauge o altă părere și o altă reacție la primele – și încă una și încă una. Poate că amintirile se vor ivi în conștientul vostru, ca stelele când se lasă seara. Puteți trăi experiența unor perspective edificatoare bruște, cu toate efectele vindecătoare ce le însoțesc.

Vă recomand să contemplați un singur lucru o dată, pentru a fi siguri că veți da experienței voastre profunzimea și durata corespunzătoare. Chiar și așa este puțin probabil ca o singură sesiune să vă aducă în miezul obiectului sau conceptului care este contemplat. Puteți și ar trebui să reveniți la obiect sau la concept până când îl veți stăpâni, îl veți înțelege complet și veți fi conștienți de schimbările pe care le-a provocat în voi. Atunci, veți fi uimiți și încântați de frumusețea și impactul puterii voastre de pătrundere, eliberată de efectele vindecătoare ale capacității voastre de înțelegere.

Când credeți că ați găsit miezul, nu vă opriți din contemplare. Începeți să contemplați din nou, același concept, a doua zi. Închideți ochii și respirați de câteva ori pentru a vă relaxa.

Imaginați-vă cum, efectiv, eliminați pe expirație tensiunile din corp și că inhalați energie pură, vindecătoare. Relaxați-vă mușchii și aduceți în conștient miezul conceptului sau obiectului. În următoarele aproximativ zece minute gândiți-vă la toate nivelurile de semnificație pe care le are pentru voi acest gând, sau obiect. Bunătatea plină de iubire este un concept spiritual profund, dar există profunzime și în frumusețea unui fluture. Gândiți-vă la implicații. Cum se va schimba viața voastră odată cu apariția unei noi înțelegeri?

Dar relațiile voastre? Valorile voastre? Nu vă grăbiți. Nu este nevoie, nu vă aștepta nici un test, la sfârșit. Savurați descoperirile făcute. Spuneți-vă că vă veți aminti tot ceea ce simțiți.

Dacă mintea răătăcește și vă pierdeți concentrarea, nu vă criticați. Este normal ca gândurile voastre să se depărteze de subiect, tot ceea ce trebuie să faceți este să reveniți, ușor, la el. După o perioadă de practică, veți observa că, chiar și atunci când mintea se abate de la subiect, mai există încă o legătură cu gândul original; în psihiatrie numim asta asociere liberă. Cu cât practicați mai mult, cu atât este mai ușor să vă păstrați concentrarea și cu atât sunt mai profunde judecățile voastre. Așadar, încercați să eliminați frustrările, dar, nu vă obligați să stați și să contemplați, dacă lumea exterioară vă preocupă prea mult. Încercați, din nou, a doua zi.

Plăcerea este o componentă vitală a contemplării și a meditației. Scopul este de a te elibera, nu de a te înlănțui.

După ce ați terminat și ați deschis ochii, și mintea a revenit la conștiința de zi cu zi, ați putea dori să vă înregistrați experiența într-un jurnal sau pe bandă magnetică. Aceasta este o metodă de întărire a gândurilor voastre și un ajutor adus memoriei, pentru înțelegeri ulterioare.

Multor oameni li se pare fascinant să revină la concept, la o anumită perioadă după ce au reușit să-l „stăpânească” și să compare această incursiune, cu cea anterioară. Nu există reguli în această privință. Aveți încredere în înțelepciunea voastră intuitivă. Conform

spuselor misticului creștin, Pierre Teilhard de Chardin: „Nu ești o ființă umană care trăiește o experiență spirituală; ești o ființă spirituală care trăiește o experiență umană”. Există semnificații în toate și multă puritate de spirit, atunci când le găsești.

Pe cât este de benefică contemplarea, meditația este, totuși, mijlocul de a pătrunde în tărâmul spiritual cât este omenește posibil. Aici nu ești legat de un singur concept, sau limitat de concentrare. În schimb, îi spui minții, corpului și sufletului tău: „Sunteți libere să mergeți oriunde doriți în drumul vostru spre evoluția spirituală. Nu sunteți constrânse de timp sau spațiu – puteți călători în trecut sau în viitor, către tărâmurii știute sau neștiute, către locuri la fel de mici ca inima umană, sau la fel de vaste ca universul.”

Credeți-mă, nu există călătorie mai înălțătoare.

Am scris o carte care tratează, în mod exclusiv, meditația (*Meditația: obținerea liniștii și a calmului interior*), și totuși, nu m-am apropiat de înțelepciunea și liniștea spirituală descrisă de yoghinii și călugării din Asia care și-au devotat întreaga viață meditației. Pentru mine, sau pentru voi, scopul nu este acela de a atinge „perfectiunea” în meditație, ci de a obține cât de mult putem din această practică, de a o folosi ca pe unul dintre multele instrumente disponibile în evoluția noastră, pentru ca ea să ne arate direcția către spiritualitate și să ne ajute din punct de vedere terapeutic. Înainte de a o întâlni pe Catherine, pregătirea mea medicală urmărise traseul clasic, iar cea psihiatrică fusese tradițională, ca-la-carte.

Dar, după experiența mea cu ea, am început să cercetez terapii alternative iar în timpul acestei căutări am învățat valoarea meditației. Ca și hipnoza, pe care o folosesc ca pe un instrument de a regresa pacienții în vieți trecute, meditația dezvoltă capacitatea de a-ți deschide mintea spre cele mai profunde și mai ascunse influențe din corpul și sufletul nostru, indiferent dacă ele vin din vieți anterioare, viitoare, sau din cea prezentă. În mod paradoxal, când nu te gândești la nimic, când îți golești mintea de gânduri, suntem *liberi* să ne amintim. Amintirile din viețile trecute, prezente și viitoare ne ajută să localizăm originile traumelor noastre și, odată ce ni se dezvăluie, putem recunoaște că temerile noastre vin dintr-un alt loc și

că ele nu mai constituie o amenințare. În timpul meditației profunde, am re trăit amintiri ale vieților mele anterioare – și astfel, am primit informații care-mi explică comportamentul, sistemul meu de protecție și temerile mele.

Nu aş cunoaşte atât de multe câte ştiu acum (şi mai sunt multe de învăţat) dacă nu aş fi meditat.

De asemenea, putem folosi meditația pentru a rezolva conflicte personale și relații dificile, sau pentru a ajuta inima să se vindece. Dar, în final, scopul principal al meditației pentru noi toți este acela de a atinge echilibrul și liniștea interioară prin intermediul spiritualității. Călugării pot medita ore în șir. Voi ar trebui să începeți cu douăzeci de minute. Stați confortabil, sau întindeți-vă dacă doriți; și trimiteți corpului vostru un mesaj: *Totul este în regulă. Totul este liniștit. Relaxează-te.* Lăsați ca gândurile în dezordine și preocupările zilnice să dispară ușor din minte. Blocați zumzăitul vocilor ce vorbesc despre chestiuni de serviciu, familie, obligații și responsabilitate, care vă asaltează de obicei – una câte una. Urmăriți-le, mental, cum dispar. Trăiți acest moment – acest prețios și unic moment de grație, lumină și libertate, lăsându-vă în voia lui.

Deoarece prezentul este singurul loc unde găsiți fericire, bucurie și libertate, practica psihospirituală subliniază importanța concentrării pe momentul prezent, după cum am descris. Mintea umană este o capodoperă creatoare; dacă-i oferiți supremație, vă poate transporta pe culmile bucuriei. Concentrarea pe clipa prezentă reprezintă conștientizarea acelor gânduri, emoții, sentimente și percepții care sunt în noi acum și numai acum. Eliminând preocuparea pentru trecutul apropiat și grijile pentru viitor, actul meditației deschide ușa către liniștea interioară și sănătate. Dacă trecem de la conștiința de zi cu zi, la concentrarea pe momentul prezent – doar acest moment, exact această clipă și astfel, la valorile spirituale care ne înalță sufletul – meditația ne oferă libertatea de a merge oriunde. De-a lungul drumului putem să ne lămurim în legătură cu o traumă actuală, o viață trecută sau viitoare, sau o negare inconștientă a naturii problemelor noastre. Aceasta este valoarea terapeutică a meditației; ceea ce nu știm intră în planul conștient. Dar poate vă

va releva realitatea frumuseții momentului și toată magia pe care o conține. Asta este ceea ce se cheamă *capacitate de pătrundere* și este modul în care ajungem la realitatea absolută.

Iată o ilustrare a concentrării pe clipa prezentă:

O învățam pe o pacientă, Linda, cum să mediteze. Într-o zi a venit la mine entuziasmată.

„Tocmai am văzut cel mai minunat copac!”, a spus.

„Unde?”, am întrebat-o mirat.

„Ei unde? În fața casei mele.”

Meditația îi deschisese ochii la frumusețea care fusese lângă ea tot timpul, doar că neglijase să o vadă. Linda, profesoară la școala primară, era de obicei grăbită să nu întârzie la oră, dar meditația o învățase să o ia mai încet.

Stephan Rechtschaffen, director al Institutului Omega din Rhinebeck, New York, îmi povestește că, odată, era în biroul lui discutând o problemă de afaceri cu un coleg. Era o zi frumoasă de primăvară și l-a văzut de la fereastră pe călugărul și filozoful budist vietnamez Thich Nhat Hanh, care mergea pe iarbă. Cu fiecare pas, el săruta pământul. Era complet prezent, evident scufundat în actul de a pași. Aproape că îl putea *simți* savurând fiecare moment, putea simți senzația ierbii sub tălpi, putea simți felul în care corpul lui era una cu fiecare mișcare.*

Thich Nhat Hanh trăia momentul, la fel cum învățase Linda să facă. „În noi”, scria călugărul, „există un râu de sentimente, în care fiecare picătură de apă este un sentiment diferit și existența fiecărui sentiment depinde de celelalte. Pentru a observa asta, stăm, pur și simplu, pe malul râului și identificăm fiecare sentiment, pe măsură ce iese la suprafață, curge și dispare.”*

Când medităm, stăm pe malul acestui râu.

În cartea *Meditația: obținerea liniștii și a calmului interior în viață*, povestesc despre un mesaj pe care l-am primit în timp ce eram într-o meditație ce ar putea semăna cu una dintre meditațiile voastre: Cu iubire și înțelegere vine perspectiva răbdării infinite. De ce te grăbești? Oricum, nu *există* timp; doar ți se pare. Când nu

* Din Time shifting, Doubleday, 1996.

trăiești prezentul, când ești preocupat de trecut sau îngrijorat pentru viitor, aduci o mare suferință asupra ta.

Timpul este, de asemenea, o iluzie. Chiar și în lumea tridimensională, viitorul este doar un sistem de probabilități.

De ce-ți faci atâtea griji?

Trecutul trebuie amintit și apoi uitat. *Lasă-l să se ducă.* Asta este adevărat pentru copilărie și pentru traumele din vieți trecute; dar este adevărat și pentru atitudinile, concepțiile greșite și sistemele de credință cu care ai fost bătut la cap și îndoctrinat, și pentru toate gândurile vechi – într-adevăr, pentru toate gândurile.

Cum poți oare vedea cu prospețime și claritate, având aceste gânduri? Cum ar fi dacă ar trebui să înveți ceva nou, dintr-o perspectivă nouă?

Încetează să mai gândești. În schimb, folosește-te de înțelepciunea ta intuitivă, pentru a simți din nou iubirea. Meditează.

Observă că totul este interconectat. Privește-ți sinele adevărat. Privește-L pe Dumnezeu.

Meditația și vizualizarea vă vor ajuta să nu vă mai gândiți atât de mult și să vă întoarceți de unde ați plecat.

Veți fi vindecați. Veți începe să vă folosiți mintea pe care nu o folosiți. Veți vedea. Veți înțelege. Și veți deveni înțelepți. Apoi, se va instaura pacea sufletească. Singurul lucru pe care-l adaug, acum, este ceea ce am învățat de atunci, de când am scris aceste rânduri:

Nu doar că vă veți întoarce de unde ați plecat, dar vă veți începe și călătoria spre viitor.

Meditația ne poate ajuta să accesăm puterile vindecătoare din noi – nu doar pentru o vindecare psihică, ci și pentru una fizică.

Din ce în ce mai mult, doctorii recunosc că putem lupta cu bolile, chiar cu boli grave, prin intermediul unui remediu recent descoperit: puterile curative care zac în natura noastră spirituală. (Adică, recent descoperit în occident; doctorii orientali îl cunosc de secole.) Poate că aceasta este adevărata medicină holistică, în care ne energizăm întregul organism – atât mintea, spiritul, cât și corpul.

Există dovezi suficiente în acest sens în prezent. În lucrarea *Head first: The biology of hope and the healing power of the hu-*

man spirit (Dutton, 1989), Norman Cousins prezintă, în detaliu, modul în care emoțiile ne afectează sistemul imunitar; cercetători de la Harvard au descoperit faptul că tratamentul medicamentos poate prelungi viața oamenilor în etate; iar doctori din Anglia au descoperit că dieta, exercițiile fizice și practicarea tehnicilor de reducere a stresului – printre care meditația este una dintre cele mai importante – pot efectiv să *vindece* afecțiunile arterelor coronariene. Însă, doar dieta și exercițiile nu duc la același rezultat.

Puterea rugăciunii în procesul de vindecare a fost și ea documentată – nu doar în cazul rugăciunilor proprii, ale familiei și prietenilor, dar și în ceea ce privește rugăciunile unor străini. În 1982, de exemplu, 393 de pacienți din secția de cardiologie a spitalului San Francisco General au fost selectați, în mod aleatoriu, pentru un experiment – urma ca pentru sănătatea unora să fie înălțate rugăciuni, iar pentru ceilalți nu. Nici pacienții, nici doctorii, nici asistentele nu știau cine face parte dintr-un grup, sau din celălalt. Pacienții pentru care au fost spuse rugăciuni au avut nevoie de mai puține intervenții de reanimare, dispozitive de ventilare mecanică, diuretice și antibiotice, și au fost mai puține cazuri de edem pulmonar și chiar mai puține decese.

Într-un studiu realizat de Universitatea Duke și Centrul medical Durham Medical Affairs, pacienții cu tulburări cardiologice, pentru care șapte grupuri de religii diferite din locuri diferite de pe glob au spus rugăciuni, au avut rezultate mai bune decât cei care erau doar beneficiari ai tratamentului medical tradițional și nimic mai mult. Un studiu realizat pe pacienți bolnavi de SIDA în faza avansată a bolii a demonstrat că, atunci când cineva se ruga pentru ei, fără ca ei să știe asta, au manifestat mai puține tulburări asociate acestei boli și formele erau mai ușoare, perioadele de spitalizare mai puține și mai scurte, și au fost mai puțin deprimați.

Îi învăț pe pacienții mei tehnici de meditație care pot reduce insomnia, care-i pot ajuta să-și mențină greutatea normală, să renunțe la fumat, să-și reducă nivelul de stres, să lupte cu infecțiile și bolile cronice, și să-și scadă tensiunea.

Tehnicile funcționează deoarece, procesele chimice și fizice ale organismului sunt influențate de energiile mentale și psihice; meditația regulată este un instrument neprețuit în recuperarea și păstrarea stării de sănătate.

Meditația favorizează trăirea experiențelor spirituale, deoarece subconștientul este una dintre porțile către dimensiunea eternă. Poarta nu este niciodată larg deschisă și nu există semne indicatoare rutiere, care să ne sfătuiască pe ce drum să o luăm. Nici un cifru sau cuvânt magic nu o va deschide; este un proces interior de transformare și de a fi transformat. Cu alte cuvinte, mintea este un culoar și, prin intermediul meditației, veți intra, cu timpul, în posesia unei hărți care vă va ajuta să vă găsiți drumul de-a lungul acestui culoar, spre stări mai profunde și transcendente.

Meditația vă poate purta către o cunoaștere superioară a esenței voastre spirituale și către o stare profundă de extaz, ușurare, satisfacție și bunăstare, care apare atunci când intrăm în legătură cu dimensiunea noastră cea mai profundă. Meditația face să se răspândească în noi o senzație de beatitudine, atunci când contemplăm un concept sau un obiect care ne face plăcere.

Ea ne poate purta pașii înapoi către o viață trecută sau înainte către una viitoare; lecțiile fiecăreia dintre ele vor deveni limpezi atunci când le vom vedea.

Când veți reveni la conștientă, vă veți simți plin de compasiune și iubire fără a aștepta nimic drept recompensă. Veți simți că sunteți legat de toate celelalte persoane și ființe, cu natura, cu cerul și marea – cu tot ceea ce este. Cât timp veți fi în această stare de conștiință modificată, vă veți simți pe culmi de fericire, sentiment unic pentru fiecare individ și totuși atât de comun sufletelor care au parcurs o mare parte din călătoria lor evolutivă. Unii dintre pacienții mei mi-au spus că în timpul meditației se detașează de corpul fizic și plutesc deasupra lui, urmărindu-l din alt tărâm – aceeași experiență extracorporală despre care vorbesc cei care au suferit episoade de moarte clinică. Puteti avea această experiență sau puteti trăi aventuri despre care nu s-a auzit. Un singur lucru este cert: Vă veți descoperi sinele vostru esențial și cel mai puternic.

CAPITOLUL 12

DAVID: SPIRITUALITATEA

De vremea când eram băiat, duminica dimineața, mă duceam la templu cu tatăl meu și îi urmăream pe cei în vârstă cum se legănau în timp ce își citeau rugăciunile. Tata îmi spunea, că erau întotdeauna aceleași rugăciuni, rostite în timpul zilei, dimineața, la apus și seara. Nu înțelegeam limba în care se rosteau aceste rugăciuni, ebraica, și, mai mult, nu înțelegeam rațiunea lor.

„Nu înțeleg“, mă gândeam. „Cuvintele nu pot continua să aibă sens după atât de mulți ani, iar acest legănat nu poate fi mai mult decât un exercițiu fizic.“

După Catherine, am înțeles. Oamenii intrau într-o stare de conștiință modificată, la fel cum le induc eu pacienților – o stare hipnotică. Cuvintele nu cred că aveau vreo importanță; ritualul era important. Oamenii intrau în legătură cu Dumnezeu, și ritualul – ca toate ritualurile indiferent de religie – le permitea să devină mai spirituali. Indiferent dacă cineva este creștin, evreu sau musulman, scopul este același: de a te apropia de ființa spirituală supremă și astfel, să te apropii de însăși spiritualitatea pură.

Pentru mine, a fi spiritual înseamnă să dai dovadă de mai multă compasiune, grijă și bunătate față de ceilalți. Înseamnă să te adresezi oamenilor cu o inimă plină de iubire fără a aștepta nimic în schimb. Înseamnă să recunoști existența a ceva mai mare decât sinele personal, o forță care există într-un tărâm necunoscut pe care trebuie să ne străduim să-l găsim. Înseamnă să înțelegi că există lecții superioare de învățat și, după ce le-am învățat, să știm că mai există lecții de un nivel și mai înalt. Capacitatea pentru spiritualitate este în fiecare dintre noi, iar noi trebuie să o accesăm.

Am văzut oameni religioși comițând acte de violență și incitând pe alții la război. Omoară, spun ei, fiindcă cei pe care-i atacați nu ne împărtășesc credințele și astfel sunt dușmanii noștri. Acești oameni nu au învățat lecția care spune că, nu este decât un univers, un singur suflet. Pentru mine, atitudinea lor este total nespirituală, indiferent de apartenența religioasă. Într-adevăr, este o diferență între religie și spiritualitate. Nu ai nevoie de religie pentru a fi spiritual; poți fi ateu și, totuși, să te manifesti cu compasiune și bunătate.

Poți face o muncă de voluntariat nu pentru că Dumnezeu îți spune asta, ci pentru că te face să te simți bine și crezi că așa ar trebui să se poarte oamenii unul față de celălalt. Acesta este modul în care putem progresa către tărâmul superior.

Conform concepției mele despre Dumnezeu, el este o energie înțeleaptă care se află în fiecare celulă a corpurilor noastre.

Eu nu-l văd ca în stereotipul general de om cu barbă care stă pe un nor și judecă. (În termeni psihanalitici, aceasta se numește proiecție, antropomorfizarea lui Dumnezeu.) Întrebarea importantă, în ceea ce privește spiritualitatea, nu este în ce Dumnezeu crezi, ci dacă ești fidel sufletului tău? Ai o viață spirituală? Ești o persoană bună aici pe Pământ, te bucuri de existența ta, fără să faci vreun rău și făcând bine celorlalți?

Aceasta este esența vieții, importantă pentru călătoria noastră ascendentă și nu pare ceva complicat. Dar prea mulți dintre noi nu stăpânesc încă aceste lecții de spiritualitate. Suntem egoiști, materialisti și ne lipsesc empatia și compasiunea. Impulsul nostru de a face bine este învins de dorința noastră de a ne crea un confort fizic. Și, pe măsură ce binele și egoismul se luptă în noi, devenim confuzi și nefericiți.

Așa a fost și cu David, după cum veți vedea.



Familia lui David era nobilă, cu rădăcini în vechea societate din New England, iar el venise tocmai de la Boston, ca să-l consult. Auzise de activitatea mea și descoperise că unul dintre CD-urile mele pentru regresii îl relaxa, deși nu trăise experiența unei vieți

trecute. În afară de asta, el încercase psihoterapia convențională, care, însă, nu a dat rezultate.

„Plănuiesc să stau o săptămână“, a spus. „Putem să realizăm ceva în timpul acesta?“

„Putem încerca“, i-am răspuns, observând croiala impecabilă a pantalonilor lui și eticheta Polo de pe cămașă. „Pot să te programez pentru trei ședințe. Dar nu putem face nimic, până când nu-mi spui ce te-a adus aici.“

Spre surprinderea mea, întrebarea l-a pus pe gânduri.

„Nu sunt sigur“, a spus el. „Sunt ... sunt nefericit.“

„Profesional? Personal?“

„Amândouă ... Nici una.“

„Deci?“

„Problema este că *nu ar trebui* să fiu nefericit.“

„Nefericirea nu este ceva ce *ar trebui*. Este o stare mentală.“

„Da, bineînțeles. Doar că atunci când mă gândesc la viața mea, lucru pe care-l fac mult mai des decât aș dori, nu văd absolut nici un lucru care să mă facă nefericit.“

„Profesia ta?“, am întrebat.

„Avocat. Lucrez la firma tatălui meu și mă descurc bine. Am fost făcut partener în doi ani și, dacă pot spune așa, nu a fost o chestie de nepotism.“ Totuși, există deseori fricțiuni atunci când un copil lucrează pentru un părinte.

„Te deranjează faptul că îl ai pe tatăl tău ca șef?“

„Deloc“, a subliniat el, punctând cu o mică bătaie din palme.

„Tata mă lasă să lucrez independent. M-a crescut să fiu pe picioarele mele, ca și mama de altfel. Nu-mi pune niciodată deciziile la îndoială și ne vedem foarte rar la serviciu. Cred că îmi petrec mai mult timp cu el când ne întâlnim la evenimente sociale, decât la serviciu.“

Când psihiatrii pornesc în căutarea cauzei problemei unui pacient, de cele mai multe ori, o caută mai întâi în familie. Exista, oare, vreo dinamică inconștientă aici, pe care David nu o recunoștea? Am testat în continuare.

„Mama ta trăiește?“

„Da, chiar este foarte activă.“ A zâmbit. „Este în consiliu de administrație a operei, a baletului, a Muzeului de Arte. Și *mai* este și o gazdă desăvârșită.“ A ridicat o mână, anticipându-mi întrebarea. „Da, a petrecut mult timp cu mine când eram copil și la fel de mult cu fratele și sora mea. Avem o relație extraordinară.“

„Ai spus că îl vezi pe tatăl tău la evenimente sociale.“

„Și pe mama la fel, bineînțeles. Au o căsnicie solidă, de patruzeci de ani.“

„Cât de des?“

„Poate o dată pe săptămână. Mai curând, de trei ori pe lună.“

„Ești căsătorit?“ Încă o fluturare din mâini.

„Absolut. Cu divina Leslie.“ Era ironic?

„Și ea este avocată?“

„Nu, dar lucrează într-o profesie înrudită. Este actriță. Am cunoscut-o când eram în anul doi la facultatea de drept de la Harvard. M-am dus la o reprezentare a piesei *Poveste de iarnă*, la Teatrul Brattle Street și am fost atât încântat de rolul ei ca Perdita, încât m-am dus la cabine și am invitat-o în oraș. Spre norocul meu, a spus *da* atunci și *da* când am cerut-o în căsătorie, acum cinci ani.“

„Părinții tăi au fost de acord?“

„Urmaș de viță nobilă al Bostonului se căsătorește cu o modestă actriță“? Nu știu ce au simțit la început. Cum am spus, m-au lăsat să fac propriile mele alegeri. Dar acum o adoră.“

„Copii?“

„Nici unul. Dar situația se va schimba în următoarele cinci luni. Amniocenteza spune că este băiat. *Iată!* Neamul nu se pierde! Numele este dus mai departe!“ Mi-a spus toate astea cu un sentiment de plăcere, chiar de amuzament. Acum, s-a aplecat înainte și fața i s-a întunecat.

„Doctore Weiss, asta este problema. Îmi iubesc părinții, am avut o copilărie minunată, am o soție extraordinară, sunt educat, am ce mânca, ce îmbrăca și unde locui.

Avem suficienți bani să prevenim orice dezastru, sau să ajungem oriunde dorim pe planeta asta. Sunt, într-adevăr, o persoană fără nici o grijă pe lumea asta.

Totuși, când mă gândesc la lucrurile acestea, și deși știu că sunt reale, există o problemă fundamentală: Omul pe care tocmai l-am descris, nu este omul care trăiește în pielea mea."

Aceste ultime cuvinte au fost însoțite de un suspin și de o privire de agonie atât de intensă, încât m-am gândit efectiv că în fața mea se afla un alt om.

„Poți fi mai exact?”, am întrebat. Și-a revenit cu efort.

„Mi-aș dori să pot. Când încerc să exprim prin cuvinte ceea ce simt, sună ca și cum m-aș vâita. Nemulțumirile mărunte ale unui narcisist super bogat."

„Nu contează cum sună și evident nemulțumirile nu sunt neînsemnate. Pe tine te doare."

Mi-a aruncat o privire de recunoștință și a respirat adânc.

„Bine. Uite: Nu știu de ce am fost pus aici pe acest Pământ. Mă simt ca și când aș patina pe un lac înghețat numit viață și că sub gheață, apa este adâncă de trei metri. Știu că ar trebui să înot în ea, că ar fi bine să fac asta, dar nu știu cum să sparg gheața. Sunt derutat în ceea ce privește locul meu în lume. Da, sunt fericit că lucrez pentru tatăl meu, dar asta este sigura mea definiție: fiul tatălui meu. Eu sunt mai mult de atât. Și sunt mai mult decât cealaltă definiție: soț bun și tată bun în devenire. Iisus", a continuat el, cu cuvinte surprinzător de sonore în cabinetul meu, „sunt invizibil. Viața, pur și simplu, zboară pe lângă mine."

Știam că nevoia lui de răspunsuri pornea de undeva din adânc. Nemulțumirile lui nu erau neînsemnate, ci existențiale, un strigăt pentru descoperirea unei definiții pe care nu o găsisese.

Poate că o căutase unde nu trebuia.



David mi-a spus că atunci când asculta CD-urile mele acasă, în general se relaxa atât de mult, încât adormea. Nu este nimic rău în asta; pur și simplu înseamnă că persoana coboară prea adânc. Dar acest exercițiu anterior mi-a ușurat inducerea unei transe hipnotice acum. În câteva minute era într-o transă profundă.

„Este secolul al XII-lea", a spus încet, ca și când ar fi încercat să-și cerceteze viața din exterior. „Sunt călugăriță, Sora Eugenia, și

lucrez într-un spital de la marginea Parisului." S-a cutremurat. „Este un loc înspăimântător, întunecos și rece, iar viața mea este foarte grea. Toate paturile din camera în care lucrez sunt ocupate și știu că mai sunt și alții afară, care așteaptă ca cineva să moară pentru a-i lua patul. Corpurile pacienților sunt acoperite de bășici – bășici pline cu lichid. Mirosul este îngrozitor. Chiar și într-o atmosfera rece, acești bieți oameni fac febră mare. Transpiră și gem. Chinul lor este greu de suportat. Nu mă deranjează că lucrez acolo. Unul dintre pacienți este o fetiță de unsprezece ani, orfană, cu ochii strălucind de temperatură, buze părjolate, fața ridată ca a unei maimuțe.

Amândouă știm că o să moară, că nu pot face nimic pentru ea. Oricum, este veselă, poate glumi, și ceilalți pacienți o iubesc. Pe ea o iubesc cel mai mult și îi aduc apă și îi spăl fruntea – fac asta pentru toți – cu o grijă specială.

În ziua în care moare, se uită la mine și-mi spune:

„Ai venit în viața mea și mi-ai adus liniște sufletească. M-ai făcut fericită." *Fericită!* Îți poți imagina asta? Această biată față, în agonie, spune că am făcut-o fericită. Nu știu care este motivul, dar îmi dublez eforturile pentru ceilalți pacienți, sperând că le pot aduce și lor aceeași fericire, sau măcar puțină pace. Și funcționează! Știu că prezența mea le alină durerile și se creează legături între noi – legături spirituale, deși nici una atât de puternică ca cea dintre mine și fetița orfană."

Fața lui oglindea propria lui liniște sufletească, pe măsură ce vorbea. Vocea lui era blândă, uimită, conștientă de miracole.

„În final, am căzut și eu pradă bolii. Durerea era sfâșietoare, dar, deși corpul meu suferea, mintea și sufletul meu erau fericite.

Știam că avusesem o viață utilă și că acesta era planul lui Dumnezeu pentru mine. Când am murit, sufletul meu s-a înălțat în zbor spre Dumnezeul care m-a susținut. Sunt învăluită într-o lumină aurie și mă simt reînnoită de bunăvoința Lui. Ființe angelice vin să mă însoțească, întâmpinându-mă cu aplauze și cântece cerești. Pe Pământ mi-am riscat viața, pentru a-i ajuta pe alții, fără a mă gândi la câștig material. Aceasta a fost recompensa mea, mai prețioasă decât comoara unui rege, mai prețioasă decât smaraldele.

Ei îmi oferă cunoaștere și în schimb, eu le ofer iubire nelimitată. Cu ajutorul lor înțeleg că a-i ajuta pe ceilalți reprezintă binele suprem și, vă puteți imagina bucuria mea, când îmi spun că am realizat asta. Lungimea vieții cuiva nu este importantă, spun ei. Numărul de zile și ani pe care cineva îi trăiește pe Pământ este nesemnificativ. Calitatea acelor zile și ani este importantă, calitate măsurată în acte de iubire și înțelepciune căpătată. Unii oameni fac mai mult bine într-o zi, decât alții într-o sută de ani. Acesta este mesajul lor. Fiecare suflet, fiecare persoană este prețioasă. Fiecare persoană ajutată, fiecare viață protejată sau salvată, este nemăsurat de prețioasă. Fiecare suflet pe care l-am îngrijit în acel spital, ce aparținea oamenilor ale căror corpuri au murit înaintea mea, mi-a trimis binecuvântări și iubire, sporindu-mi bucuria."

David a făcut o pauză.

„O ființă incredibil de frumoasă se evidențiază din grupul de îngeri!", a continuat. „Pare să fie făcută din Lumină, deși are o formă umană distinctă și poartă veșminte violet și încălțări aurii. Vocea ei – nu se distinge ca fiind de bărbat sau de femeie – are autoritatea unei mari înțelepciuni." Când l-am condus înapoi în prezent, era încă sub influența viziunii lui, era încă plin de uimire și iluminare.

„Hai să numim acea ființă, Sursa", mi-a spus, „deoarece era evident că lecțiile pe care le-am învățat de la îngeri veneau de la el. „Când ai nevoie de ajutor, îl poți invoca prin meditație și rugăciune, ori de câte ori ai nevoie, în orice încarnare ai fi", mi s-a adresat Sursa în mod direct. „O inimă deschisă și iubitoare, care caută binele superior fără interese egoiste, fără nici o umbră de negativitate și intenție de vătămare a celui alt, poate invoca o energie puternică pentru a-și atinge scopurile. Acesta este dreptul nostru de entități spirituale. Aceasta este o esență a spiritualității noastre. Aceasta reprezintă o invocare a harului Divin."

A dat din cap mirat.

„Nu am avut astfel de gânduri niciodată în viață", a spus. „Nu sunt religios. Nu cred în Dumnezeu și nu am nici cea mai vagă idee din ce parte a mea a venit Sursa. Ideea că odată am fost călugăriță – mi se pare absurdă."

„A fost o viață pe care ai trăit-o“, am spus.

„Cu siguranță una importantă, dacă ai accesat-o atât de rapid și scenele au fost atât de vii.“

„Nu putea fi o fantezie“, a convenit. „Este prea diferit de orice mi-am imaginat în trecut.“

„Deci, crezi că este reală?“ A ridicat mâna.

„Oprește-te! Nu aș merge chiar atât de departe. Dar ce pot să-ți spun, doctore Weiss, este că a fost cea mai uimitoare și mișcătoare experiență de care-mi amintesc.“

„Poate Sora Eugenia este persoana de sub pielea ta“, am spus. „Poate ea este acel David pe care-l cauți.“

S-a gândit pentru o clipă.

„Vom vedea, nu-i așa?“ Ședința se terminase. S-a ridicat în picioare și, apoi, a bătut din palme.

„Ce urmează?“

Când a venit înapoi, după două zile, mi-a spus că acea viață anterioară nu i-a mai părăsit gândurile din momentul în care a plecat și credea că a trăit un gen de epifanie. Era foarte curios acum despre ce „urma“ să se întâmple – și, efectiv, s-a aruncat în scaun.

În câteva minute era transpus deja, în urmă cu aproximativ 140 de ani, pe vremea Războiului Civil din America. De data aceasta, a rămas în afara viziunii sale, deși o vedea foarte clar. Era un tânăr ce lupta de partea Uniunii, soldat de infanterie care-și petrecea zilele ori în marș, ori în luptă.

„Bătăliile se succed una după alta“, a spus. „Fiecare mai grea decât ultima. Mi-e teamă să-mi fac prieteni, deoarece sunt sigur că vor fi omorâți sau răniți. Asta se întâmplă cu toți: sunt mutilați sau omorâți. Cei cu care ne luptăm, nu sunt dușmanii noștri, ei sunt frații noștri. Singurul motiv pentru care îi împușcăm este să nu ne împuște ei primii. Încerc să salvez cât mai mulți dintre camarazii mei, îi ajut să găsească adăpost, sau le dau mâncare și apă. Fac la fel și pentru inamici când este posibil.“

Și-a lăsat privirea în jos, ca și când ar fi încercat să nu vadă.

„Este atât de lipsit de sens și trist. Este imposibil să tragi o linie între victorie și înfrângere. Frați omorându-și frații la nesfârșit. Pentru ce? Un petec de pământ? Un râu? O idee?”

Dintr-o dată s-a întristat și arăta îmbătrânit.

„Nici eu nu am supraviețuit războiului. Pur și simplu, am renunțat și m-am lăsat omorât, intrând în mijlocul luptei de după un copac. Nu mai aveam energia și puterea de a mai ucide. A fost un gen de sinucidere asistată.” A oftat resemnat. „Războaie, epidemii, cutremure – toate dezastrele provocate de natură sau de om. Calamități careucid sute sau sute de mii – costurile sunt incalculabile.” Tonul lui a devenit confidențial. „Unele, care par iminente, de fapt nu sunt. Ele pot fi atenuate de propria noastră conștiință, de gândurile și intențiile noastre colective. Celelalte, care par evitabile, au nevoie doar de voința noastră de a le preîntâmpina.”

Vorbea despre a salva vieți prin prevenirea violenței, dar vorbea oare și despre evitarea dezastrelor naturale prin folosirea voinței umane? Nu eram sigur, iar David, când a revenit în prezent, nu știa nici el. Poate regresiile ulterioare îl vor ajuta să explice mai bine.

Înainte de a pleca în acea zi, David a întrezărit câteva scene dintr-o viață anterioară, petrecută în China cu multe secole în urmă (nu a putut spune clar anul). Imediat ce a ajuns în acea viață, corpul lui a început să tremure și l-am întrebat dacă dorea să-l aduc înapoi.

„Nu”, a spus repede. „Nu mi-e teamă și nici nu sunt bolnav. În afară de asta, eu doar urmăresc din afară. Sunt un băiat de unsprezece ani. Corpul îmi tremură, deoarece pământul tremură. Este un cutremur. Familia mea este bogată, și ei au construit cea mai puternică casă posibilă. Dar nu mă pot opune forței naturii. Pereții se prăbușesc. Aud țipetele părinților mei, ale fratelui și surorii mele. În grabă, alerg să-i ajut, dar este prea târziu. Sora mea mai mică de-abia mai respiră și o țin în brațe până moare. Alerg într-o altă cameră. Nu are nici un rost. Pereții se prăbușesc și eu mor împreună cu ceilalți.”

Aproape imediat ce a accesat acea viață, David a și părăsit-o. El a văzut-o doar pentru lecția pe care aceasta o avea de oferit.

„Viața mea a fost scurtă și fericită“, a observat el, când a revenit în prezent. „Clădirile erau fragile; nu puteau rezista la vibrații. În acea vreme distrugerile nu puteau fi evitate, nu cu nivelul de cunoaștere sau conștiință de atunci. Dar acum avem cunoașterea – și totuși, oamenii mor. Este enervant. Continuăm să construim structuri fragile în zone periculoase fără prea multe planuri și pregătiri. Și nu vorbesc doar de țările din lumea a treia, vorbesc și despre America! Nu lipsa de bani ne oprește, ci indiferența pe care o manifestăm față de viața oamenilor. Mai degrabă sacrificăm oamenii, decât să cheltuim banii pe care-i avem.

Niște măsuri simple de siguranță ar putea evita durerea, răniurile și chiar moartea. Fiecare viață este atât de importantă, atât de specială și, totuși, mii de vieți sunt sacrificate, de obicei, din lăcomie.“ Un alt oftat. „Când vom învăța?”

Nu aveam nici un răspuns, deși mă gândisem la același lucru ani de zile. Poate când vom fi toți la fel de iluminați ca David. Poate când ne vom da seama că, atunci când cineva moare, moare și o parte din noi. Toate viețile și sufletele sunt legate între ele.

Când David a venit la ultima ședință, a mai accesat încă două vieți trecute. Din nou, tema din regresiiile lui anterioare a reapărut și a putut să o definească: Există o valoare supremă în a-i ajuta pe alții, deoarece fiecare viață, fiecare manifestare fizică pe parcursul călătoriei sufletului, este extrem de prețioasă.

În prima viață trecută din acea zi era doctor în imperiul roman, într-o perioadă de început a unei epidemii. S-a văzut bandajând picioarele pacienților lui, nu din cauza rănilor, ci pentru că bandajele vor ține la distanță puricii care, credea el, proveneau de la șobolani infectați și transmiteau această boală groaznică la om.

I-a prevenit pe toți să se ferească de șobolani, în special de cei morți (puricii părăseau cadavrele acestora), să se spele și să stea cât mai mult posibil în case. El a salvat multe vieți, dar epidemia a făcut ravagii în zonele în care sfatul lui nu a fost cunoscut, sau ascultat. În mod miraculos, el nu s-a îmbolnăvit, ci a trăit în continuare, pentru a se lupta cu alte boli, ca doctor respectat și recunoscut.

Următoarea viață pe care a accesat-o era într-o strânsă legătură atât cu viața lui din imperiul roman, cât și cu cea de călugăriță, care îngrijea bolnavii de variolă, în Franța. Era din nou în Evul Mediu, într-o perioadă oarecum mai timpurie, și din nou boala făcea ravagii – o epidemie care afecta cea mai mare parte a Europei. El lucra cu febrilitate, slujind numărul copleșitor de victime din orașul în care trăia (poate era Londra; nu era sigur), dar eforturile lui erau nimic pe lângă intensitatea epidemiei. Mai mult de jumătate dintre oamenii din acel oraș au murit, ca de altfel întreaga lui familie. Istovit de luptă, l-au cuprins deznădejdea și amărăciunea, iar vinovăția și remușcările că nu reușise să facă mai mult i-au marcat viața

A putut vedea în viitorul acestei vieți și mi-a spus că a mai trăit zece ani, dar că nu s-a iertat cu adevărat pe sine niciodată.

„De ce ai fost atât de aspru cu tine?“, am întrebat. „Nu puteai face nimic.“

„Pentru că am uitat de bandaje“, a spus din starea sa de supraconștiență, plutind deasupra corpului lui din Evul Mediu. „Ele ar fi putut ține departe puricii.“ Eram uluit. El apela acum la amintirile unei vieți anterioare din Evul Mediu! Acest lucru indica legătura strânsă dintre viețile lui și modul în care viețile noastre trecute rămân cu noi pe măsură ce avansăm. Puțini oameni din Evul Mediu posedau cunoștințele romanilor despre faptul că puricii de la șobolanii infectați transmit boala, dar el simțea că ar fi trebuit să-și amintească ce învățase la Roma și să fi evitat cel puțin câteva decese – eventual să-și fi salvat familia. A început să vorbească din nou, tot din corpul lui din Evul Mediu.

„Îți promit asta. În toate reîncarnările mele viitoare voi proteja și voi sluji cât mai mulți oameni posibil. Știu că nu există moarte, că suntem toți nemuritori, dar voi face tot ce pot pentru a ușura durerea victimelor și supraviețuitorilor, pentru a permite sufletelor să-și înețe lecțiile nestingherit.“

El și-a respectat promisiunea, m-am gândit, în toate viețile în afară de aceasta. Ce schimbare vor produce acum aceste amintiri? Își va găsi adevărata lui esență de vindecător?

Am rămas amândoi în tăcere. M-am întrebat rapid dacă prezența lui David prevestea o altă epidemie – ceea ce părea un tipar pentru el – și apoi am alungat gândul, spunându-mi că era prea fantezist. Rămăsese suficient timp pentru a mai cerceta și alte vieți. L-am întrebat dacă dorea să meargă în trecut sau în viitor.

Tristetea lui a dispărut.

„Oh, în viitor!” M-a dus într-o perioadă cu puțin peste o sută de ani din viitor. În acea viață, ateul care stătea în fața mea era rabin!

„Numele meu este Ephraim. Sunt la o conferință cu vindecători holistici și preoți catolici, protestanți, hinduși, budiști și musulmani indigeni. Ne întâlnim des, de două sau trei ori pe săptămână, să medităm și să ne rugăm, pentru a crea o energie armonioasă în vederea combaterii urii și violenței ce îi caracterizează pe locuitorii neiluminați din lume. Suntem puțini la număr, nu mai mult de cincizeci, dar puterea noastră este mare. Scopul nostru este acela de a neutraliza energiile care fac rău Pământului, eliberate inconștient de cei care nu cunosc sau nu le pasă de legile spirituale. Aceste energii provoacă cutremure, tornade, inundații, epidemii. Obişnuiam să credem că acestea erau evenimente întâmplătoare.

Acum credem că sunt favorizate – sau cel puțin influențate – de gândurile și intențiile oamenilor. Iar noi le putem preveni! Grupul nostru predă și altora tehnicile de rugăciune și meditație pozitivă pe care le folosim. Avem mii de adepți. Luna viitoare are loc cea de-a cincea întâlnire ecumenică a celor care au aceeași convingere ca și noi – peste douăzeci și cinci de mii de persoane – care vor duce învățăturile noastre înapoi, în țările lor de origine de pe tot globul. Aceste conferințe transcend granițele fizice și psihologice pentru a aduce pace, armonie și compasiune tuturor locuitorilor lumii și pentru planeta însăși.” Ochii îi străluceau.

„Funcționează! Putem observa efecte pozitive, măsurabile, asupra climei Pământului. Globul se răcește pentru prima dată în secole. Verile și iernile sunt mai puțin aspre. Rata îmbolnăvirilor de cancer a scăzut.”

Într-una dintre regresii, David a făcut o aluzie cu privire la posibilitatea ca gândul să influențeze fenomenele naturale. În acest

viitor se pare că el a aprofundat acest concept și a făcut din predarea lui și altor oameni activitatea principală a vieții sale.

„Am aflat cum să-i învăț pe ceilalți să invoce ființe cu conștiință superioară”, mi-a mărturisit înfiorat. (M-am gândit la viața trecută, în care era Sora Eugenia.) „Comunicând cu o inimă curată și plină de compasiune, căutând un bine spiritual superior, noi putem să le solicităm ajutorul. Ei au început deja să ne ajute. Lumea este un loc mult, mult mai bun decât era acum o sută de ani.”



Viziunea extraordinară a lui David m-a pus pe gânduri. Dacă roadele muncii lui Ephraim vor dă roadă în viitorul real al Pământului, rămâne un lucru incert. În fața noastră se deschid multiple variante de viitor, unele violente, altele pașnice, și există mai multe căi pe care să ajungem la ele. Cu siguranță, mulți alți factori în afară de conferințele și învățăturile lui vor determina care va fi viitorul.

Propria mea senzație, însă, este că maeștrii vor juca un rol important și că ar fi înțelept din partea noastră, așa cum a făcut David, să-i ascultăm. Am aflat din multe progrese în grup că, peste câteva secole, se va înregistra o scădere drastică a numărului de oameni pe Pământ.

Cum se va ajunge la asta, dacă va fi vorba despre un război, o boală, substanțe toxice, schimbarea polilor (schimbarea axei Pământului), scăderea natalității, alegere conștientă, sau despre lucruri necunoscute, urmează să aflăm. Nu știu dacă misiunea lui Ephraim a reușit în final, sau dacă forțele negative – violență, interes personal, lăcomie și ură – au fost prea puternice. Acum, David scruta viața lui Ephraim, dintr-o perspectivă mai înaltă și mai detașată. Părea să știe ce gândesc.

„Dacă scăderea ulterioară a populației va fi provocată de evenimente traumatice apărute într-un mod neașteptat și cataclismic, sau va fi treptată și mai blândă ca natură, totul depinde de gândurile și acțiunile omenirii. Toți ne alegem viețile următoare. Eu am ales bine și i-am ajutat și pe alții să facă la fel. Dar, mă întreb, am fost noi, oare, suficient de mulți ...” Mi-aș fi dorit să fi stat mai mult timp împreună cu David, pentru a cerceta mai în detaliu toate aspectele,

dar el a trebuit să se întoarcă la soția lui însărcinată și la afacerile familiei. I-am cerut să ținem legătura, să-mi spună cum l-au afectat aceste trei ședințe, dar îmi era teamă că mediul confortabil și de huzur în care trăia îl va seduce din nou.

Nu s-a întâmplat asta. Cunoașterea vieților trecute și viitoare l-au ajutat să-și definească rolul din prezent. A plecat de la firma tatălui și s-a întors la Harvard pentru a studia legislația mediului înconjurător. Simțea că trebuie să se opună efectelor dăunătoare ale unor practici din sectorul marilor afaceri – multe dintre ele activități pe care firma la care lucrase anterior le apăra – pentru a putea provoca schimbări pozitive în viitor. Era, în special, interesat de probleme cum ar fi fenomenul de încălzire globală, acumularea nechibzuită de produse toxice secundare, cu descompunere lentă, provenind din procesele industriale, și de dispariția completă a unor specii de animale și plante, fără a cunoaște consecințele absenței lor asupra echilibrului natural.

În sfârșit, David are o menire și un scop în viață; se simte „întreg”. Tulburarea lui a dispărut, iar el s-a acordat la destinul său.




După cum demonstrează povestea lui David, spiritualitatea nu se află numai în minte ci, mai degrabă, în întreaga ființă, în intențiile și acțiunile unei vieți trăite cu folos. Nu poți să spui pur și simplu: „De acum înainte, vor fi o persoană spirituală”. Trebuie să simți asta ca o consecință a acțiunilor tale. Trăim într-o comunitate de suflete și trebuie să facem fapte bune în această comunitate.

Viața introspectivă nu este suficientă. Când ajutăm suflete, ca noi, pe drumul lor spiritual, trecem la un nivel mai înalt de evoluție. Viețile trecute și viitoare ale lui David demonstrează acest devotament altruist pus cu iubire în slujba oamenilor. Cu cât a oferit mai mult, cu atât a primit mai mult. Viețile trăite spiritual, ca ale lui, ne aduc mai aproape de natura noastră divină.



CAPITOLUL 13

JENNIFER ȘI CRISTINA: IUBIREA

ontrolul mâniei, sănătatea, empatia, compasiunea, răbdarea și înțelegerea, nonviolența, relațiile, siguranța, destinul și liberul arbitru, contemplarea și meditația, spiritualitatea: toate acestea reprezintă pași către nemurire.

Toate acestea trebuie stăpânite acum sau în viitor, pe parcursul călătoriei noastre către sufletul unic. Și toate acestea sunt fațete ale celei mai mari virtuți, care este iubirea.

Iubirea este lecția supremă. Cum poți fii mândru, dacă iubești? Cum poți să nu arăți compasiune și empatie? Cum poți să nu alegi relații potrivite? Cum poți lovi pe altul? Cum poți murdări mediul?

Cum poți să te războiești cu vecinul? Cum poți să nu ai loc în inima ta pentru alte puncte de vedere, metode diferite, stiluri de viață divergente?

Nu poți.

După ce pacienții mei trec prin regresii și/sau progresii și ajung să-și stăpânească fobiile și traumele, ei înțeleg ce este iubirea.

Mulți primesc acest mesaj de la cei care joacă roluri importante în viețile lor. Dar mulți aud asta din lumea de dincolo – de la un părinte, partener de viață, sau copil care au murit. „Sunt bine“, spune mesajul. „Te iubesc. Nu trebuie să suferi pentru mine. Dincolo nu este întuneric, ci lumină, pentru că sunt acolo unde este iubire – iar lumina este iubire.“

Poate, acestea sunt doar dorințe, fantezii care să ușureze durerea pierderii, dar eu nu cred asta. Le-am auzit de atâtea ori de la prea mulți oameni. Iubirea este ceea ce luăm cu noi din viață în via-

ță, deși în unele nu suntem conștienți de ea și în altele o folosim greșit. În final, însă, este ceea ce ne face să evoluăm.

De exemplu, când Jennifer, care tocmai dăduse naștere celui de-al treilea copil al ei, și-a luat în brațe copilul pentru prima dată, l-a recunoscut imediat – energia, expresia ochilor. Legătura s-a stabilit pe loc. „Iarăși tu”, a spus. „Suntem din nou împreună.” Copilul era bunica ei dintr-o viață trecută. Se luptaseră amarnic în acea viață, iubindu-se însă tot timpul, deși iubirea lor rămăsese neexprimată. Acum, știa, era șansa lor de a îndrepta lucrurile.

Bineînțeles, există multe tipuri de iubire: iubirea romantică, iubirea copilului față de părinte și invers, iubirea pentru natură, muzică, poezie, pentru toate lucrurile de pe acest Pământ și din cer. Iubirea continuă și în lumea de dincolo și este adusă înapoi, aici, de către suflet. Ea reprezintă înțelegerea tuturor misterelor. Pentru mine, ea este religia supremă. Dacă toți am putea iubi în felul nostru, dacă am putea renunța la riturile care spun: „Calea mea este cea adevărată; toate celelalte sunt false”, dacă am putea să ne lepădăm de violență, conflictele și durerea pe care o provocăm în numele unui anumit Dumnezeu – Dumnezeul „nostru” – când Dumnezeu este prin definiție universal, Dumnezeu este iubire, atunci, nu ar mai trebui să așteptăm trecerea a nenumărate vieți, pentru a ajunge în ceruri.



Cristina se îmbrăca într-un fel pe care femeia americană pare că nu-l poate rivaliza: fuste stil flamenco care ating podeaua; bluze în nuanțe aprinse de roșu, albastru, violet și galben; păr negru, bogat, strâns la spate și prins cu panglici în culori extraordinare. Când a venit să mă vadă prima oară, am fost șocat de apariția ei exotică, dar pe măsură ce vizitele s-au înmulțit, mi-am dat seama că aceste culori compensau stările de dispoziție și gândurile ei întunecate. Era o femeie care se lupta să păstreze o scânteie de sine, chiar dacă familia ei se străduia să o stingă. Erau cearcăne sub ochii ei, iar mâinile îi tremurau ușor. Oboseală, m-am gândit. Se plângea de astm, iar în perioadele de stres acesta era evident în respirația ei, dar problemele psihologice au făcut-o să-mi ceară ajutorul.

Bine făcută, dar nu grasă, ea emana ceea ce s-a dovedit a fi o impresie ambiguă de forță dată de o sexualitate palpabilă, și de la început a alternat între a se uita la mine direct, aproape ostil, și a-mi evita privirea cu o modestie latină ce trăda o educație aristocratică strictă. Am presupus că are cam treizeci de ani; s-a dovedit că avea cu zece ani mai mult. Purta un inel pe al patrulea deget de la mâna stângă, un rubin mare care se asorta cu vestimentația ei viu colorată, și m-am întrebat dacă era un simplu ornament sau o declarație că era căsătorită.

„Divorțată“, a spus, observându-mi privirea. „Doi copii. Port inelul deoarece este frumos și alungă pretendenții.“ Engleza ei era elegantă, impecabilă – și totuși, sesizam urme de accent străin.

„Nu ești din Miami“, am spus – o afirmație, nu o interogație.

„Sao Polo, Brazilia.“

„Ah! Și când te-ai mutat aici?“

„Acum trei ani. Ca să mă alătur tatălui meu, după divorț.“

„Deci, locuiești cu el?“

„Nu, nu. El locuiește cu mama în Bal Harbour. La câțiva kilometri distanță.“

„Cu copiii tăi?“

„Da. Fetele. Rosana are șapte ani, Regina cinci. Sunt foarte drăguțe.“

„Deci, când ai spus că ai venit să te alături tatălui tău ...“

„Să lucrez cu el. Să mă alătur lui în afaceri.“

„Ce afaceri?“

„Chiar nu știi? Într-adevăr? Am revenit la numele meu de fată după divorț – și m-am gândit că îl recunoști.“

Bineînțeles! Ce fraier am fost. Ar fi trebuit să fac legătura imediat. Tatăl ei conducea o firmă specializată în îmbrăcăminte. În ultimii doi ani apăruse și o linie de îmbrăcăminte sport pentru tineri, mai ieftină, despre care, mai târziu, soția mea, Carole, mi-a spus că fusese, odată, moda absolută printre adolescenți. Am întrebat-o pe Cristina dacă mutarea a coincis cu noua afacere a tatălui ei.

„Coincidență?“, mi-a spus. „Eu nu iau nici o decizie și nu am nici un cuvânt de spus în planificarea activității.“ Ochii îi fulgerau de

mânie. „Nu sunt nimic mai mult decât o servitoare care are propriul ei birou.”

„Și asta este frustrant pentru tine?”

„Frustrant? *Mă scoate din sărite!*” S-a înclinat spre mine și a vorbit cu o pasiune care o făcea să tremure. „Dumnezeule, ce-aș mai putea face, dacă m-ar lăsa! Face haine pentru femei, dar nu crede că femeile ar trebui să aibă ultimul cuvânt, în ceea ce privește felul cum arată. Sunt de două ori mai deșteaptă. Hainele lui au fost o modă trecătoare și, ca toate lucrurile trecătoare, s-au demodat. Nu se mai cumpără. Hainele mele se vor purta întotdeauna.”

Cristina, m-am gândit, putea realiza orice și-ar fi pus în gând. „Dar el nu vrea să asculte?”, am întrebat.

„Mă oprește ca pe motorul unei mașini. Am renunțat să mai încerc. Să mă lupt cu el este ca și când m-aș lupta cu o armată a Inchiziției.”

„Dar mama ta? Poate să te ajute?”

„Ea nu se poate ajuta pe ea însăși. Mama mea este un simplu ornament, ca o vază de flori. Tace pentru că știe că el ar putea să o înlocuiască oricând dorește.”

„Dar nu a făcut-o.”

„Bineînțeles că a făcut-o. De un milion de ori. Își ține femeile în apartamente sau camere de hotel separate, în funcție de cât de serioase sunt sentimentele lui pentru ele. În religia lui, divorțul nu este permis. Eu am sfidat religia și am divorțat acum patru ani.

Aproape m-a omorât atunci; doar când și-a dat seama că are nevoie de mine, m-a lăsat să vin în America.”

„Mama ta știe despre celelalte femei?”

„Ar fi o fraieră dacă nu știe.” Cristina a făcut o pauză. „Dar, în fond, ea este o fraieră!”

Nu am făcut nici o remarcă asupra asprimii ei.

„Ești singurul copil?”

„Singura fiică. Mai am doi frați mai mari.”

„Lucrează și ei în aceeași afacere?”

„Lucrează e un fel de a spune. Ei vin la birou și pleacă să ia prânzul.”

„Totuși, sunt promovați, respectați. Sunt ascultați.“ Era ușor să bănuiesc asta.

„Tatăl meu este prea priceput pentru a se lua după sfaturile lor. Dar, ai dreptate, în ceea ce privește promovarea și respectul. Vezi tu, eu sunt femeie și nu merit asta.“

Era o nemulțumire comună femeilor latine, sufocate de o cultură care nu avansase la nivelul secolului al douăzecilea. Era evident vedeta principală din această familie și totuși, era eclipsată de tradiție și de îngustimea de vederi.

„De ce nu pleci să-ți deschizi propria afacere?“

Era ca și când aș fi acuzat-o de crimă. Roșie la față, a sărit în picioare și apoi s-a prăbușit din nou în scaun. A început să plângă, pierdută în fața unei întrebări care mie mi se părea evidentă.

„Nu știu“, a gemut, ca orice femeie simplă, lipsită dintr-o dată de apărare. „Te rog, te rog. Am nevoie de ajutorul tău!“

Schimbarea pe care am văzut-o la ea a fost atât de bruscă, încât, în afară de un „Bineînțeles că te voi ajuta“ mormăit, eram consternat.

„Spune-mi care este problema“, am spus. „Fii cât se poate de exactă.“ S-a uitat la mine printre lacrimile ce-i umpleau ochii și a început să respire cu dificultate.

„Trebuie să înțelegi un lucru: îmi iubesc tatăl. Indiferent de ce ți-am spus, acesta este adevărul.“

Te iubesc, te urăsc, m-am gândit. Nu este un conflict emoțional rar întâlnit.

„Când a venit în America, lăsându-mă pe mine, pe soțul meu și copiii acasă, m-am simțit ușurată. Frații mei au plecat cu el și mi se părea că, prin plecarea lor, scăpam de toate constrângerile, de toate presiunile la care mă supunea un patriarh brazilian tiranic din vechea gardă.“ A râs jalnic. „Bărbații o mie, femeile zero. Nu m-a lovit niciodată, nu a fost niciodată crud cu mine. Dimpotrivă, mi-a dat tot ce am vrut și asta a fost problema. Nu am câștigat niciodată nimic – sau, mai degrabă, am câștigat totul fiind ascultătoare. Încă de când eram mică, mi-am dat seama că sunt mai deșteaptă decât frații mei. La douăzeci de ani, știam că sunt mai deșteaptă și decât

tatăl meu. Am lucrat pentru el, o vreme în Brazilia, am ajutat compania să se dezvolte – am ajutat *cu adevărat* – fără a mi se recunoaște, însă, meritele. Nu mi-a ajutat la nimic. Am fost desconsiderată, dată la o parte, nu doar de el, dar și de frații mei care erau invidioși pe deșteptăciunea mea, și chiar de mama mea care era sclava lui. Nu era drept. Nu era corect. Astfel încât m-am căsătorit cu primul bărbat care m-a dorit, fără a-mi da seama că era la fel de tiranic – și *el* m-a lovit.”

Lacrimile nu-i mai curgeau. Vocea era uniformă, deși puteam simți emoția intensă din spatele cuvintelor ei. Nu aveam nici o îndoială că-mi relata exact situația. Cristina era o femeie care se lupta cu o cultură veche, cu credințe vechi de când lumea și, cu toată puterea ei, aceasta o învinsese. A respirat adânc.

„Familia mea este în Miami, *el* este în Miami și eu sunt în Sao Paolo, cu un soț groaznic și doi copilași pe care-i ador. Tatăl meu se opune divorțului, dar eu divorțez totuși. Nu aveam nici o șansă; era și afemeiat. După ce se pronunță sentința finală, îi spun tatei. De la el, tăcere. Multe luni, tăcere. Și apoi, dintr-o dată, mă sună. „Vino la Miami. Lucrează cu mine în firmă. Ești singură. Voi avea grijă de tine.” Așa că vin. Am crezut că îi este milă de mine – generozitate și compasiune de la un bărbat care nu a dat niciodată dovadă de așa ceva. Linia pentru adolescenți a fost ideea mea și am fost încântată când am început să lucrăm din nou, împreună. I-am dat și alte idei. Le-a mâncat ca pe niște bomboane de ciocolată. Dar, curând, mi-am dat seama că nimic nu se schimbese, că mă folosea, că frații mei beneficiau de talentul meu – că era un ticălos lacom, interesat și cu sânge rece.”

„Și totuși”, am subliniat eu, „spui că-l iubești.”

Mi-a trecut prin minte că, poate, a abuzat de ea sexual când era mică, dar am alungat gândul; nu prezenta nici un simptom. Nu, abuzul era psihologic. Punând-o sub dominația lui, el a creat un gen de sindrom Stockholm în sufletul ei, sindrom în care prizonierul se îndrăgostește de gardian. El o chinuia, dar ea nu putea apela la nimeni, nu avea pe nimeni de încredere. Era cel mai subtil gen de sadism. Nu avea altă alternativă decât să-l iubească.

Părea epuizată de relatarea ei și am întrebat-o dacă dorea să se odihnească. Nu, a spus, era mai bine să verse tot sacul.

„Am început o viață pe cont propriu. M-am mutat împreună cu copiii în casa în care locuiesc acum și urma să-mi încep propria mea linie vestimentară.“

„S-a enervat?“, am întrebat, imaginându-mi furia lui.

„Mai rău. A râs. Mi-a spus că nu voi obține niciodată finanțare, că nimeni nu-i va da bani unei *femei*. Cam acum un an am plecat de la firma lui, mi-am făcut propriul meu plan de marketing și am închiriat un birou. Am vorbit cu vânzătorii en-gros și en-detail.“

„Fără să ai bani deloc?“

„Ei bine, îmi economisiseam salariul de pe vremea când locuiam cu părinții și am luat un mic împrumut, pentru afaceri, de la bancă. Dar nu am avut suficienți, chiar și cu împrumutul, și aceste prime luni au fost dificil de parcurs. Totuși, am făcut câteva vânzări. Cumpărătorul de la Bloomingdale's din Miami mi-a cumpărat linia de haine de afaceri. Mi-a spus că făcusem „miracole“ într-un timp scurt. Eram pe drumul meu. Bineînțeles, când a aflat, tata a încetat să-mi mai vorbească. Aveam speranțe pentru noua mea viață, dar neliniștea este extraordinară. Am coșmaruri, astfel încât mi-e teamă să adorm. Țip la copiii mei. Mănânc de nervi. M-am îngrășat cu 5 kilograme, din cauza alimentelor de tip fast-food. Respirația îmi miroase atât de tare, încât uneori cred că o să mor.“

„Spui că ,aveai' speranțe. Acum nu mai ai?“ A lăsat capul jos.

„Nu.“

„Știi de ce?“ Din nou s-a prăbușit și încercă să-mi răspundă printre lacrimi.

„Tatăl meu mi-a cerut să mă întorc.“

Firma lui dădea faliment. Cu toată faima lui, și în pofida faptului că magazinele erau pline de marfa produsă de el, era într-un impas financiar serios. Deși confecțiile se mai vând încă – era punctul său forte în domeniu și ceea ce a stat la baza dezvoltării firmei – alte produse nu se mai vindeau. Cristina avusese dreptate, când a spus că produsele erau demodate. Comenzile pentru anul următor scăzuseră cu 40% – un declin dezastruos.

„Este pe punctul de a da faliment“, a spus Cristina după ce mi-a explicat situația, „și mi-a cerut să mă întorc să-l salvez.“

„Și de asta ai venit să mă vezi?“

„Da. Pentru că nu mă pot hotărî ce să fac și mă înnebunește.“

„Oh, nu înnebunești“, am asigurat-o, „ești doar blocată. Uneori, când deciziile sunt extrem de importante, avem tendința de a nu le lua deloc.“ S-a uitat la mine cu recunoștință. Deși ceea ce spusesem nu era nici profund, nici original, puseseam punctul pe i.

„Poate te va ajuta dacă-ți definești opțiunile.“

„Bine“, a spus, revenindu-și. Acum, cuvintele îi veneau mai repede. Se gândise deja la opțiuni. „Prima, să mă duc înapoi la tata și să-l ajut așa cum mi-a cerut. Asta ar însemna să renunț la viața mea pentru el, un gen de sinucidere pentru o cauză de familie. A doua, să nu mai lucrez și să mă recăsătoresc. De data asta, aș alege cu atenție. De data asta, ar fi din iubire – și să am mai mulți copii, ca milioanele de femei din lumea întreagă. Părinții mei ar fi de acord, cultura mea mi-ar mulțumi și cred că mi-aș putea croi o viață fericită, dar lipsită de împliniri.“ A făcut o pauză, evident imaginându-și această viață și a dat din cap cu tristețe.

„Sau aș putea să continui linia mea vestimentară.“ S-a luminat. „Va merge, știi, doctore Weiss. Nu ți-am spus asta înainte, dar, când este vorba de decizii în afaceri, sunt clarvăzătoare. Nu zâmbi. Într-adevăr. Știu că voi reuși. Doar deciziile de viață îmi fac probleme.“ Mulți oameni de afaceri de succes posedă talentul Cristinei. Ei îl numesc „fler“ sau „intuiție“, dar, de fapt, este un gen de capacitate paranormală. Din nou, nu mă îndoiam că și Cristina îl avea și părea să indice calea cea bună.

„Care sunt contraargumentele?“ A oftat.

„Multe. Să concurez cu el în propria lui afacere“

Familia mea m-a exilat deja, chiar și mama – iar dacă continui, ei nu mă vor ierta niciodată.

Cinstit vorbind, nu știu dacă eu m-aș putea ierta. Este o trădare atât de mare față de ei – de el – încât am senzația că merit mânia lui și orice pedeapsă ce ar putea să o însoțească.“

„Dar nu asta faci acum? Nu concurezi cu el?“

„Categoric. Și asta m-a făcut să nu pot să dorm și mi-a adus atâta anxietate.” A văzut expresia mea de uimire. „Oh, nu partea cu *afacerile* mă îngrijorează. Am făcut deja miracole, cum a spus și cumpărătorul de la Bloomingdale’s. Ți-am spus că sunt clarvăzătoare. Dacă dă faliment, succesul meu îl va omorî efectiv.”

„Nu înțeleg, atunci, de ce ai început propria ta afacere?”

„Deoarece eram furioasă. Pentru că m-a trădat și doream răzbunare. Pentru că ...” Aici s-a oprit și apoi au început să-i curgă lacrimile. „Nu cred că aș fi continuat cu propria mea afacere. După ce aș fi avut succes, cred că i-o dădeam lui. De fapt, o mare parte din mine nu dorea să reușească. Planificasem deja să renunț, înainte de a veni la dumneavoastră.”

„Sunt câțiva factori aici”, am spus înțelegător. „Ai fost trădată, dar te simți vinovată dacă ripostezi. Ești mândră, dar ți-e teamă de consecințe. Ești clarvăzătoare, dar nu știi ce să faci în viitor. Bărbații nu au făcut altceva decât să te rănească, dar tu ești dispusă să te recăsătorești. Îți iubești și îți urăști tatăl în același timp. Ți se pare logic?” A râs, deși nu îi venea.

„Spuneți-mi, domnule doctor, ce șanse am?”

„Trebuie să vedem dacă putem arunca o privire în viitor”, am spus. „Dar pentru a face asta, hai să mergem în trecut.”



Prima ei regresie a fost scurtă. Tot ce mi-a putut spune este că trăia într-o societate islamică din nordul Africii; nu putea fixa data sau descrie împrejurimile. Știa că este bărbat, poet, și că avea un tată, tot scriitor, pe care-l invidia extrem de mult, deoarece își depășea fiul în recunoaștere, renume și venituri. Paralela cu viața ei actuală era atât de directă și evidentă, încât ea a crezut că ceea ce a văzut nu a fost nimic mai mult decât o iluzie.

A doua regresie a fost mai interesantă.

„Sunt în Evul Mediu. Secolul al doisprezecelea. Sunt un tânăr, un preot, foarte frumos, care trăiește în munți – arată ca în partea central sudică a Franței. Există defilee adânci și văi, astfel încât este greu de mers, dar mulți oameni vin la mine. Ei au nevoie de ajutorul meu fizic și psihologic. Cred în reîncarnare și îi influențez și pe alții

să creadă, ceea ce le oferă o mare alinare. Oamenii bolnavi – leproși și copii suferinzi – vin la mine și când îi ating, mulți dintre ei se vindecă în mod miraculos. Bineînțeles că sunt o persoană iubită. Nimeni altcineva nu are harul meu.

„Tatăl meu din viața actuală este fermier în această viață și locuiește la o distanță de un kilometru față de mine. El este tot ceea ce nu sunt eu: lacom, necredincios, acaparator, un mizantrop. Este cel mai bogat om din regiune, dar banii și pământurile lui nu o ten-tează pe fata cu spirit liber de la țară pe care o dorește, deși el ar renunța la totul pentru iubirea ei. Ea mă iubește pe mine și este dispusă să accepte o iubire spirituală, platonice, deoarece eu îmi respect legămintele de celibat. „Iubindu-te pe tine îmi arăt iubirea față de Dumnezeu“, îmi spune ea.

O armată invadatoare de la Roma a putut pătrunde în defileu și a înconjurat satul. Ei atacă. Sunt prins. Fermierul mă denunță la autorități, pretinzând că practic magia neagră. Când aud poveștile despre puterea mea de a vindeca și despre convingerea mea că voi trăi alte vieți în viitor, îl cred pe fermier și sunt ars pe rug. Este o moarte groaznică, deoarece, odată cu flăcările, fumul mă împiedică să o văd pe iubita mea care, plângând, a venit să mă vadă murind și să-mi ofere cât de cât mângâiere. La câteva minute după ce eu mor, se aruncă în prăpastie și moare imediat.

După moarte pot să privesc în jos, la sat, să văd ce se întâmplă. Invidia fermierului față de mine, de care nu prea îmi dădeam seama când eram în viață, nu a dispărut niciodată. El va trebui să se mulțumească cu o căsnicie fără iubire și devine din ce în ce mai înverșunat și mai crud. În analiza vieții, mă văd cum vin înapoi într-o viață viitoare pentru a-l ajuta pe fermier, acum fierar, cu lecțiile lui de viață, dar nu prea sunt în stare să-l ajut. El va veni înapoi iar și iar, dar fără a evolua. Simt că am eșuat, și am eșuat deoarece, în adâncul inimii mele de creștin, îl urăsc. El m-a omorât și, chiar mai rău, a omorât-o și pe femeia pe care o iubeam. Mă bucur că era îndârjit, neîmplinit și trist. Știu că nu se cuvine să gândesc așa, dar nu mă pot abține. Ar fi o minciună să pretind că nu e așa.“

După plecarea Cristinei din acea zi, mi-am notat să urmăresc dacă simptomele de astm s-au mai ameliorat, deoarece credeam că moartea preotului pe rug și fumul aveau o legătură cu boala. (Acest lucru este ceva destul de obișnuit; problemele cu respirația au deseori rădăcini în vieți anterioare.) De fapt, până la următoarea noastră ședință, respirația i s-a îmbunătățit în mod semnificativ, iar astăzi simptomele ei nu sunt nici pe departe la fel de serioase.

Am mai făcut o observație: „Invidia este ceea ce i-a agățat pe fermier și pe preot împreună în altă viață – și, probabil, și în cea actuală. Acum, tatăl Cristinei a avut ocazia de a compensa invidia și trădarea manifestată față de ea în viețile anterioare. El ar fi putut să o susțină din punct de vedere moral recunoscându-i talentul și ar fi putut să o recompenseze promovând-o în ierarhia companiei. El a ales să nu facă asta. Poate că va fi nevoie de încă o viață pentru ca el să îndeplinească compasiunea și altruismul.”

În următoarea și ultima ei regresie, Cristina s-a văzut într-un orașel din Anglia anilor 1800.

„Este interesant să trăiești aici“, mi-a spus ea. „Pentru prima dată în istorie, bărbații se duc la muncă, plecând de acasă și ducându-se la birouri și fabrici, în timp ce femeile au sarcina de a avea grijă de casă. Asta înseamnă un nou tip de societate, relații diferite între soț și soție. Dar sunt norocoasă: sunt încă tânără, douăzeci de ani, necăsătorită și mi-am luat o slujbă într-o fabrică de textile, astfel încât pot câștiga ceva bani.

Când ajung acolo, mă gândesc la tot felul de modalități de creștere a producției și, în același timp, de reducere a costurilor. Supraveghetorul meu este impresionat și îmi cere tot timpul sfatul. Este foarte frumos și spune că mă iubește. Și eu îl iubesc.”

Supraveghetorul din acea viață era, din nou, tatăl ei din cea actuală. Am condus-o mai departe în acea viață din trecut, observând o schimbare vizibilă a expresiei ei. Nu mai era o fată fericită, lipsită de griji, ci o femeie acră, deziluzionată. Se pare că supraveghetorul a trădat-o.

„El nu mă iubea, de fapt. S-a prefăcut pentru a putea să-mi fure ideile și să le însușească. A fost promovat. Superiorii lui îi spu-

neau că este un geniu. Oh, este groaznic! Îl urăsc! Într-o zi l-am înfruntat în fața șefului lui și l-am implorat să recunoască că ideile „lui” erau, de fapt, ale mele. A doua zi m-a acuzat că am furat cinci lire de la o colegă. Eram nevinovată, complet nevinovată, dar fata l-a susținut. Era probabil amanta lui și el îi spusese că o iubește pentru a-i lua partea. O să vadă ea când o afla ce nenorocit este. Am fost arestată, trimisă la închisoare pentru un an, umilită și abandonată. În închisoare am făcut pneumonie. Nu m-a omorât, dar mi-a slăbit plămânii și am tușit toată viața după aceea.” (O altă paralelă cu astmul ei din prezent.) „Nu am putut să-mi găsesc o altă slujbă și am fost forțată să cerșesc. Promiteam, promiteam cu adevărat – toți colegii mei de la fabrică credeau asta – dar ce folos? M-a distrus.” A început să plângă.

„L-ai iertat vreodată?”, am întrebat.

„Niciodată! Ura față de el mă ținea în viață. „O să moară el înaintea mea”, mi-am spus. Dar a fost o promisiune pe care nu am putut să o respect. Am murit înainte să împlinesc patruzeci de ani, necăsătorită, fără copii, singură. El, probabil, a trăit până la sută. Ce nedreptate! Cum mi-am risipit viața pe acest Pământ!”

Nu chiar. Tragedia acelei vieți trecute și a vieții ei ca preot pregătea această viață și pe cele ce vor veni. Când am adus-o înapoi în prezent, a rămas într-o stare modificată de conștiință, pe care nu am putut să o definesc cu exactitate.

„Biblia ne spune că păcatele tatălui se transmit până la a treia sau a patra generație de descendenți.” (Am căutat citatul. Ea parafraza cuvintele din Exodul 20:5.) „Dar nu are logică. Noi suntem proprii noștri descendenți, reîntrupăți ca nepoții, strănepoții și stră-stră-nepoții noștri pe parcursul multelor noastre vieți.

Și, în orice moment, noi putem șterge aceste păcate, deoarece ele nu există în altul, ele există în noi. Tatăl meu a existat în toate viețile mele. L-am recunoscut în rol de tată, fermier, supraveghetor. Și în fiecare viață l-am iubit, apoi l-am urât. Păcatele lui l-au urmat de-a lungul secolelor.” S-a aplecat înainte, însuflețită.

„Dar așa s-a întâmplat și cu mine. Nu păcatele lui trebuie să le schimb. Pe ale mele. Îl urăsc de mii de ani. Ura este un păcat. De

fiecare dată, ura a stins iubirea pe care o simțeam pentru el la început. Dar, ce-ar fi, dacă acum ar fi altfel? Ce-ar fi dacă aş alunga ura cu iubire?"



Revelațiile extraordinare ale Cristinei nu au răspuns, bineînțeles, la întrebarea referitoare la ce alegere să facă – angajată, casnică, sau concurentă – în următoarele luni. În perioada în care am tratat-o eu de-abia începusem să aplic hipnoza progresivă și o foloseam în mod selectiv. Forța și intelectul Cristinei o făcea să fie un candidat potrivit, m-am gândit, și i-am sugerat să mergem în viitor.

A acceptat fără probleme.

„Ne vom uita doar la alternativele de viitor în funcție de alegerile tale”, i-am spus. „Vreau să evit imaginile despre boli grave, pierderi, sau moarte. Dacă îți dai seama că te îndrepti în această direcție, spune-mi și te voi aduce înapoi.” Am început prin a-i cere să se vadă în cazul în care rămâne în firma tatălui ei.

„Sunt bolnavă, bolnavă din punct de vedere fizic”, a spus ea dintr-o dată, dar în pofida avertismentului meu, nu m-a lăsat să o aduc înapoi. „Este o boală născută din frustrare. Munca mă sufocă, la propriu și la figurat. Astmul meu s-a agravat. Nu pot respira. Este ca în viața din Anglia, de acum două secole. Sunt într-o închisoare.”

Viziunea ei ca gospodină era la fel de sumbră.

„Copiii mei au crescut și au plecat. Sunt singură. Nu m-am mai recăsătorit. Îmi simt capul golit, ca și când creierul meu s-ar fi micșorat pentru că nu l-am pus la contribuție. Văd că inventivitatea mea caracterizează alte vieți, nu pe aceasta.”

În ceea ce privește începerea unei afaceri competitive:

„Am succes. Tatăl meu este falimentar, iar eu sunt multimilionară. Oricum, sunt tristă. Totul în jurul meu oferă o senzație de mânie și răzbunare. Am pierdut câștigând. Nu-mi văd niciodată familia, nu vorbim niciodată. Stăm în camerele noastre, despărțiți de tăcere, petrecându-ne zilele în ură.”

Când am adus-o înapoi, mă așteptam să fie tristă.

În schimb, victorie!

„Mai există o a patra opțiune“, a strigat. „una pe care nu am văzut-o înainte: Să încep propria mea afacere, dar să nu-i fac concurență tatălui meu.“

„Nu este riscant?“, am întrebat.

„Nu cred. Talentele de marketing și design se aplică în toate afacerile. Vase de bucătărie! Produse ceramice! Sunt o bucătăreasă bună și mă pricep la olărit, așa că cel puțin știu despre ce este vorba, deși, normal, o să apelez la sfatul unor specialiști. Am relații cu magazinele care le-ar putea comercializa și avantajul recentului meu start în afaceri. Voi merge din nou la cei care m-au împrumutat și m-au ajutat să pornesc afacerea și le voi spune că mi-am schimbat planurile, dar să nu-și facă griji. Voi face un plan de marketing nou, un plan de afaceri nou – sunt expertă la așa ceva. Voi proiecta supiere, caserole, căni de cafea, servicii de masă. Voi lucra cu lut, cu oțel, cu argint. Și nimeni nu va spune că urmăresc să-i dovedesc tatălui meu că sunt mai bună. Când voi reuși, va fi mândru de mine și mă va iubi în sfârșit.“

Entuziasmul ei era atât de expansiv, încât nu am avut inima să-i atrag atenția asupra capcanelor. Eram sigur că va reuși – dar va câștiga, oare, iubirea tatălui ei? Înainte să se întâmple asta, era nevoie să se schimbe ceva profund în ei doi.

A plecat plină de recunoștință, dar eu am rămas neîmpăcat. Este adevărat, o ajutasem să-și rezolve dilema, dar mai erau multe de făcut. Mi-am amintit de revelația pe care a avut-o cu privire la transmiterea păcatelor și m-am întrebat dacă le va lua cu ea mai departe. De aceea, am fost încântat când a sunat, câteva luni mai târziu, pentru a fixa o întâlnire.

Avusese o perioadă mai dificilă. Noile ei planuri nu au fost întâmpinate cu sprijinul la care se așteptase. Fusesse nevoită să-și descopere propria „chemare“ în design. Fusesse nevoită să-și mute copiii de la școala privată la cea publică.

Era îngrijorată în privința banilor, îi era teamă că va trebui să apeleze din nou la tatăl ei, măcar pentru întreținerea copiilor ei. Totuși, și-a descris problemele cu o exuberanță pe care nu o manifestase la vizitele anterioare; cearcănele de la ochi dispăruseră și

ele, și respira mult mai ușor. I-am spus asta și am întrebat-o care este motivul.

„Sunt îndrăgostită.” Eram uluit. După ce a plecat, mă gândeam că va trece mult timp până ce va lăsa dragostea să pătrundă în viața ei – era prea supărată pe bărbați, prea hotărâtă să rămână singură – și totuși, nu puteai să nu observi lumina din ochii ei.

„Spune-mi.”

„Ricardo este minunat. Mi-nu-nat! L-am întâlnit într-un grup de lectură. Am descoperit că ne place foarte mult *Don Quijote*, poate pentru că amândoi ne luptăm cu morile de vânt. El are o pregătire în domeniul comercial, este liber profesionist și lucrează temporar pentru firme de peste tot, de aici și până în America Latină. A fost în Sao Paulo și știe chiar strada pe care am locuit. Vorbește spaniolă și portugheză și, când i-am spus de dumneavoastră, mi-a spus că a citit, când a fost ultima oară în Brazilia, una dintre cărțile pe care le-ați scris, dar în portugheză, deoarece nu a găsit ediția în limba engleză. Este vorba despre prima carte, crede el, cea despre dumneavoastră și pacienta dumneavoastră – și eu am uitat titlul – deși mi-e teamă că nu crede tot ce ați scris. Vă deranjează?”

„Bineînțeles că nu. Sunt bucuros că ești fericită. Dar sunt chiar surprins că ești îndrăgostită.”

S-a uitat la mine cu un aer foarte grav. „Și eu sunt surprinsă. M-am întrebat cum de s-a întâmplat – și mai ales atât de brusc – și cred că am răspunsul. Se datorează celor discutate anterior. În momentul în care mi-am dat seama că eram o păcătoasă ca și tatăl meu și că păcatul meu este ura, deoarece ea a fost prezentă în toate viețile mele anterioare, atunci ura mea față de el, față de toți bărbații, a dispărut – și în viața mea a intrat Ricardo. Știu că toate astea par ca și când ar fi aranjate, dar este adevărat!”

Și-a pus mâinile pe biroul meu și s-a înclinat spre mine.

„Este ceva ciudat, Dr. Weiss. Când mă uit la el, mă uit *cu adevărat*, văd partea bună a sufletului meu. El este eu, știu, iar eu sunt el. Dar pare imposibil.”

I-am explicat că atunci când un suflet se desprinde din Unul, el poate intra în mai multe corpuri simultan, nu doar în unul, și că

ceea ce simte nu este „ciudat” și nici măcar atât de neobișnuit. Ea și Ricardo erau meniji să se întâlnească, i-am spus, și acum liberul lor arbitru urma să hotărască ce se va întâmpla cu ei viitor.

„Am o idee despre cum va arăta viitorul”, a spus ea, radioasă. Și eu.



Mai rămânea întrebarea dacă afacerea ei va avea succes sau nu. Am întrebat-o dacă voia să o duc în viitor și după multe ezitări – în euforia ei, nu dorea să primească vești rele – a fost de acord. Doar că, în loc să mergem într-un punct aflat peste câțiva ani, ea a mers peste o mie două sute de ani! De obicei, când oamenii se duc în viitor, nu cunosc anul exact, dar Cristina știa sigur: 3200.

„Pământul este foarte verde”, a spus, „mult mai verde și mai fertil decât acum. Pădurile sunt luxuriante, pajiștile sunt pline de flori. Dar, destul de ciudat, nu sunt animale. De ce, când este atâta hrană pentru ele? Nu sunt nici prea mulți oameni. Ei comunică între ei prin intermediul telepatiei, iar corpurile lor, mai puțin dense decât ale noastre, sunt pline de lumină. Ei trăiesc în grupuri mici, nu în orașe, în case minunate construite din lemn sau piatră, și par să fie agricultori. Pot vedea cum un lichid, sau o lumină lichidă, curge în plante; uneori lichidul curge și în oameni. Oamenii sunt extrem de spirituali. Nu pot vedea boli, sentimente reale de mânie, sau violență, sau războaie.

Toate au un aspect transparent, o lumină pătrunzătoare care-i leagă pe toți oamenii și toate lucrurile în pace.”

„Cum te-ai simțit când ai văzut lumea astfel?, am întrebat-o când am adus-o în prezent.

Strălucea.

„Calmă. Liniștită. Bucuroasă. De abia aștept să trăiesc acolo.”

„Mă întreb de ce nu te-ai dus în viitorul apropiat?”

S-a gândit la răspuns.

„Deoarece e mai important. Pot să mă descurc în această viață și singură. Afacerea mea va înflori ca și acele plante de peste două mii de ani. Dacă-l pot iubi pe Ricardo, cum pot să dau greș?”

Avea dreptate, bineînțeles.

În următoarele optsprezece luni, vânzările la produsele ei au crescut la magazinele din toată țara și, când am fost împreună cu Carole în Rusia, le-am văzut la Sankt Petersburg. De asemenea, ea făcea afaceri înfloritoare și pe Internet. A investit o parte din profiturile ei în firma tatălui ei și l-a salvat de la falimentul care-l amenința. S-a căsătorit cu Ricardo și nu prea am mai menținut legătura. Dar, într-o dimineață, m-a sunat.

Puteam sesiza entuziasmul din vocea ei.

„Trebuia să vă spun, doctore Weiss, deoarece datorită dumneavoastră s-a întâmplat totul. Seara trecută am fost împreună cu Ricardo la părinții mei la cină. Ne ducem des; îl plac pe Ricardo. Oricum, la plecare, tatăl meu m-a tras deoparte și m-a îmbrățișat. *M-a îmbrățișat!* M-am simțit minunat. Și apoi, pentru prima oară în viața mea – sau a lui – mi-a spus că mă iubește.”

Iubirea este o însușire și o energie certă. Ea nu dispare odată cu moartea noastră. Ea continuă în lumea de dincolo și vine iar înapoi aici. Ea este esența naturii spiritului – și a corpului. Ea este viața și viața de după moarte. Este scopul pe care-l urmărim – și absolut toți, în viața aceasta sau în următoarele, vom ajunge la ea.



CAPITOLUL 14

GARY: VIITORUL

In toate cărțile mele am încercat să prezint impactul extraordinar al regresiilor; efectul – nu doar fizic dar și psihic – al viziunilor „miraculoase”; senzația de mister, sau magie, sau transcendență, pe care atât eu cât și pacientul o avem. Cât de minunat este să călătorești în viitor pentru a vedea nu doar ce s-a întâmplat, dar și ceea ce se va întâmpla, ce va fi. Acest gen de incursiuni mă emoționează și mă îndeamnă la prudență. Sunt atent să nu-mi conduc pacienții pe cărări care ar putea fi imaginare și să nu-i las să-și bazeze deciziile de viață pe ceea ce „văd” și le subliniez pericolul apariției de iluzii și fantezii.

Unul dintre lucrurile despre care îi previn, atunci când își formează un concept în legătură cu viitorul, este posibilitatea ca ei să-și proiecteze propriile dorințe subconștiente pentru a crea scenarii de viitor. Pentru un psihanalist, aceste scenarii sunt extrem de importante deoarece, ceea ce este creat de mintea profundă a pacientului reprezintă grâul adus la moara terapeutului și ele sunt foarte reprezentative pentru cel care le-a creat. În acest sens, amintirile din viitor sunt ca visele. Există deseori o combinație de simboluri și metafore, speranțe și dorințe adânc înrădăcinate în amintiri reale și experiențe premonitorii. Cu alte cuvinte, simplul fapt că un pacient vede viitorul nu înseamnă că este un viitor „real”.

Oricum, iminența și forța amintirilor pot îmbunătăți instantaneu cursul prezent și viitor al vieții pacientului. Pentru un terapeut, aceste schimbări sunt mult mai importante decât posibilitatea de validare a viziunii respective.

Totuși, multe viziuni referitoare la viitorul apropiat s-au dovedit a fi adevărate; ați văzut rezultatele în mai multe dintre cazurile prezentate în această carte. Și, pe măsură ce învățăm să facem clar diferența între adevăr și fantezie, ceva ce nu se va întâmpla probabil în această generație ci în următoarea, atunci noi toți cei care vedem în viitor, indiferent dacă folosim metode terapeutice sau nu, vom putea îmbunătăți acel viitor îmbunătățindu-ne pe noi.

Și nemurirea care ne aparține va sosi, eventual, mai rapid, iar noi vom trece peste câmpuri înverzite și un cer strălucitor pentru a ajunge la Unul.

Cred că putem vedea viitorul deoarece o anumită parte din noi reacționează la faptul că trecutul, prezentul și viitorul sunt una, desfășurându-se simultan, într-un mod foarte diferit de anii, lunile, zilele și minutele liniare cu care măsurăm noi timpul pe Pământ.

Efectiv, viitorul este acum și, chiar și pe această planetă, noi putem să ne modelăm clipele „prezente” cu ajutorul acțiunilor noastre. Acesta este motivul pentru care este atât de important să ne pregătim nu doar pentru restul vieții, ci pentru toate viețile noastre ce vor urma – pentru nemurire.

Viitorul pare a fi o destinație flexibilă. Există o multitudine de alternative de viitor posibile și probabile, desfășurate în cadrul unui spectru statistic larg. Alternativele noastre *individuale* de viitor din această viață și din cele următoare depind, în mare măsură, așa cum am văzut, de alegerile și acțiunile noastre din prezent. Alternativele de viitor pe termen lung – cele *colective*, viitorul planetei noastre (care poate va exista pentru totdeauna, dar pe care am putea să o distrugem, deși dacă o distrugem asta nu ne va împiedica să ne continuăm drumul spre Unul) – depind de deciziile cumulate ale tuturor oamenilor. Care sunt aceste decizii se poate vedea în imaginile despre viitorul de peste, aproximativ, o mie de ani. Cu cât ne apropiem mai mult de un anume viitor, cu atât îl putem prevedea mai bine. Este important să aruncăm o privire peste o mie de ani, sau mai mulți, deoarece, astăzi, Pământul devine periculos și probabil că dacă vom fi mai înțelepți în deciziile noastre, datorită a ceea ce

vedem, vom putea modifica direcția acelei variante de viitor care începe acum.

Când lucrez cu oamenii din grupurile care participă la seminarele mele, îi progrez în viitorul îndepărtat, în perioade distincte de timp: peste o sută, cinci sute, o mie de ani, sau mai mult.

Vreau să văd dacă viziunile lor concordă, deoarece, dacă se potrivesc, există șansa de a fi reale, ca lumea să arate și să fie, în mare parte, ca în previziunile lor. Experimentele mele sunt încă la început, dar am descoperit atât de multe similitudini în 90% dintre ele, încât cred, din ce în ce mai mult, că ne așteaptă un viitor excelent pentru multe dintre viețile ce vor veni și că o lume extraordinară ne așteaptă.

Folosesc progresele individuale pentru terapie. După cum am mai spus, aplic această metodă doar de puțin timp și cu oarecare rezervă, deoarece eram îngrijorat cu privire la proiecția dorințelor la pacienții instabili. Totuși, întrucât unii dintre pacienții mei mergeau oricum în viitor, în mod spontan, și beneficiau de acest lucru, am început să folosesc metoda, purtându-i pe pacienți în apropiere de momentul morții lor, fără a-i lăsa efectiv să-l vizualizeze. Dacă vom vedea cum ni se sfârșesc viețile, poate că vom mai putea face trei sau patru pași acum, vom avea mai multe alegeri pentru care să putem opta, pe măsură ce înaintăm către următoarea viață. (Unii au desconsiderat sugestia mea terapeutică și au mers chiar în momentul morții, dar au fost suficient de puternici să-i facă față; cei care nu erau puternici, nu au făcut-o niciodată.)

Am descoperit că oamenii luau decizii mai înțelepte și făceau alegeri mai bune atunci când puteau arunca o privire în viitor. Ei se uitau la răscrucile de drum din fața lor și spuneau: „Dacă o iau pe drumul acesta, pe acela, sau pe celălalt, care va fi diferența?” Pe măsură ce facem alegeri acum, ne schimbăm în mod constant viitorul. Dar, în ansamblu, din infinitatea de alternative care ne stau în față, există una sau mai multe alternative *probabile* și, poate, o șansă de 5% să mergem pe un drum, de 10% pe un altul și doar 0,0001% pe un al treilea.

Este un sistem de probabilități și posibilități pe care-l modificăm permanent. Rețineți că toate alternativele noastre individuale de viitor fac parte dintr-o gamă universală; atunci când miriadele de alternative individuale de viitor vor fuziona cu spiritul superior în viitorul îndepărtat, ne vom fi atins scopul.

Deocamdată, ceea ce contează sunt alegerile. John, de exemplu, a văzut o răscruce de drum, care a dus la o viață actuală caracterizată de compasiune, extrem de diferită față de cea pe care o trăise până atunci. Evelyn a văzut un viitor în care ura sa adânc înrădăcinată nu mai exista și, încă din prezent, a putut să o ia pe un drum care o ducea spre această destinație. Când vedem viitorul, asta nu înseamnă că suntem forțați să-l trăim – deoarece există atât de multe bifurcații până atunci. Există alegeri de făcut și nu e prea târziu pentru a le face.

Atât în cazul lui John cât și al Evelyni – precum și în celelalte pe care vi le-am descris deja – am început cu regresii. Totuși, în terapia lui Gary era esențial să mergem în viitor și nu în trecut, deoarece a venit la mine în criză. În noaptea zilei în care a sunat, el avusese un vis în care era cu un pistol la tâmplă, iar degetul apăsa încet pe trăgaci. Părea potrivit, mi-a spus el după ce trecusem de discuția introductivă. Moartea ar însemna sfârșitul deznădejdi.



Gary era un bărbat de vreo patruzeci de ani, sănătos din punct de vedere fizic, a cărui afacere cu antichități era pe punctul de a falimenta. Datorită succesului emisiunii de la televizor *Antique Roadshow*, el a presupus că vânzările la piesele scumpe din argint, tablouri și mobilier vechi vor crește brusc în întreaga țară, astfel încât a cumpărat marfă până la un punct în care a trebuit să mai închirieze un depozit. Dar, ori gusturile lui lăsau de dorit, ori supraevaluase piața, el a atras foarte puțini cumpărători în plus. Când a venit scadența la împrumuturile cu care cumpăraseră marfa, el nu a putut să le achite. Partenerul lui l-a dat în judecată pentru proasta folosire a fondurilor. A trebuit să-și concedieze angajații. Copiii lui, gemeni, urmau să intre la facultate iar el nu le putea plăti taxele universitare. Soția lui Constance, pe care o adora, tocmai fusese diag-

nosticată cu scleroză multiplă. Un avocat îi sugerase să declare faliment, dar pentru Gary ideea era de neconceput. Mi-a spus toate astea în fugă, cu o față suptă și înnegurată, cu ochii plini de mâhnire.

„De aici și visul“, a spus el. „Puteți vedea de ce a avut un impact atât de mare asupra mea.“

„De ce consideri ideea cu falimentul ceva de neconceput?“, am întrebat. „Mi se pare singura soluție rezonabilă.“

„Deoarece asta dovedește că tatăl meu a avut dreptate.“

„În ce sens?“

„Băiete, nu o să reușești să faci nimic în viață.“ A spus-o nu o dată, ci de mii de ori.“

„A murit?“

„Acum doisprezece ani.“

„Dar îți amintești cuvintele lui.“

„Sunt bântuit de ele. Tatăl meu a fost un om puternic, Dr. Weiss. Mama a murit când eu aveam trei ani, iar el m-a crescut singur. Era muncitor în construcții, un tip dur, dar el nu se ducea niciodată la băutură cu prietenii, nu și-a găsit niciodată o altă femeie – nu a căutat-o – nu a făcut nimic altceva decât să aibă grijă de mine, să-și facă griji în privința mea și să strângă bani pentru mine. Dumnezeu, spunea el, vei fi primul din familia mea care se va duce la facultate. Voia să mă fac avocat, sau doctor, sau om de știință. Să fie mândru de mine. Am încercat, am încercat cu adevărat, dar nu am putut să înțeleg nici matematica, nici chimia, nici fizica, iar mintea mea, pur și simplu, nu este logică. Nu puteam fi nici avocat, nici muncitor în construcții.“

„Nu-ți trebuie o minte logică, pentru ca să fii muncitor în construcții.“

„Nu, dar îți trebuie forță.“ S-a oprit și a ridicat brațele. „Uitați-vă la mine.“

Ceea ce vedeam era un om obișnuit care putea fi descris drept „o persoană de statură și înălțime medie“.

Nu sinele lui îl împiedica să presteze o muncă grea, ci imaginea lui despre sine.

„Eram interesat de artă”, a continuat, „egipteană, greacă, romană, renescentistă. În anul doi, la universitatea Tulane, m-am hotărât să mă specializez în istoria artei, dar, doar, în ultimul an l-am spus tatălui meu.”

„Ce s-a întâmplat?” Buzele i s-au strâns cu furie.

„Băiete, nu o să reușești să faci nimic în viață.” Îmi spunea că sunt un fricos, un molâu, un *intelectual* – nimic nu putea fi mai rău.

Îl trădasem, îi sfărâmasem speranțele, era dovada că își risipise viața. „Mai bine aveam o fată”, spunea. Pentru el, a fi fată, era aproape la fel de rău ca a fi intelectual.”

„Te-a dezmoștenit?”

„Mai rău. A continuat să-mi plătească taxele de școlarizare, căminul și cantina. A spus că nu avea ce să facă altceva cu banii, că era prea bătrân să o ia de la început. Când veneam acasă în vacanțe, era cordial. *Cordial*, ca și când aș fi fost un străin, ceea ce cred că și eram. După ce am început să fac afaceri, am încercat să-i dau banii înapoi, dar a rupt primul cec pe care i l-am dat și nu am mai încercat asta niciodată. Prin faptul că mă făcea vinovat, se răzbuna și a reușit să o facă.”

„Ai trăit sub o presiune teribilă”, am spus. „Este greu să prezinzi că ești ceva ce nu ești, și este chiar mai greu atunci când ești desconsiderat pentru ceea ce ești.” Privirea lui, în care se citea compătimirea de sine, era dovada că era adevărat.

„Dar ai reușit să faci ceva în viață. Mulți alții, care au tați ca al tău, nu ar fi putut să facă asta.”

„Mare realizare ...”, a spus el cu amărăciune. „Să recunoaștem: sunt un ratat.”

„Eșecul în afaceri nu este o rușine. Se întâmplă tot timpul. Vei ieși tu din asta. Între timp, ai o nevastă care te iubește ...”

„Care spune că mă iubește.”

Am fost șocat de forța cuvintelor lui.

„Crezi că este adevărat?” Era complet descurajat.

„Cum ar putea să mă iubească?”

Era atât de deznădăduit, încât mi s-a părut inutil să-i amintesc că, probabil, l-a iubit, dacă s-a căsătorit cu el și că este aproape sigur că-l mai iubește, cel puțin acea lațură a lui care a atras-o inițial.

„Care este indiciul major care-ți dovedește că nu te mai iubește?” Fața a căpătat o expresie feroce.

„Când i-am spus că vreau să mă omor, m-a implorat să nu o fac.” Am fost uluit pe moment.

„Asta dovedește că *nu* te iubește?”, am spus, într-un sfârșit.

„Dacă m-ar fi iubit, m-ar fi lăsat să o fac.” A râs scurt, straniu. „Dar nu contează. O s-o fac, indiferent de cât de mult încercă să mă oprească.”

„Când?”

„Ce zici de mâine? Ți convine? Mie da.”

Amenințările de suicid sunt printre cele mai serioase probleme cu care se confruntă un psihiatru. Faptul că Gary venise la mine însemna cel puțin că nu era hotărât în privința deciziei lui, că visul îl speriasc. Poate încerca doar să mă șocheze, sau să dramatizeze lucrurile. Însă, chinul care-l sfâșia demonstra că dorința exista și știam că nu pot să-mi asum nici un risc.

„Va trebui să te internez.”

M-a privit fix, cu ochii lipsiți de orice expresivitate.

„În nici un caz.”

„Ești în pericol să mori.”

„Nu este un pericol, este o hotărâre.”

„Nimeni nu este de acord cu ea, în afara de tine. Mi-ai spus deja că soția ta a încercat să te oprească. Pun pariu că și băieții tăi ar încerca să te oprească.”

„Băieții sunt plecați de acasă.”

„Atunci gândește-te la șocul lor, la durerea lor.”

„Vor spune că, e foarte bine că au scăpat de mine. Ei cred că nu valorez nimic și au dreptate. Le-ar fi mai bine fără mine.”

Din nou, orice argument părea inutil. Dacă nu reușeam să-l fac să se răzgândească, atunci trebuia să-l internez. Dar, dacă aș fi reușit să-l fac să privească dintr-o perspectivă superioară și să vadă consecințele sinuciderii lui ...

„Voi face un târg cu tine.“ A părut mirat.

„Ce târg?”

„Dacă petreci două ședințe cu mine, lăsându-mă să încerc să te ajut, nu te voi interna.”

„Și, dacă voi continua să am aceeași părere și după aceste ședințe, nu vei încerca să mă oprești?” Asta nu puteam accepta.

„Hai să vedem ce putem realiza mai întâi”, am spus. „Vreau să vezi viitorul.”

În transă hipnotică profundă, i-am sugerat lui Gary să se uite la cele două căi care se bifurcă plecând din momentul prezent. Una dintre ele va cuprinde efectele de după sinuciderea lui. Cealaltă era calea acțiunii pozitive, a iubirii de sine și a vieții.

Am ales prima cale, cea a sinuciderii. Imediat, ochii i s-au umplut de lacrimi.

„Am greșit. Constance mă iubea. O văd suferind profund și au trecut mulți ani după moartea mea. Și băieții suferă. Am fost atât de egoist, încât nici nu m-am gândit la ei când am apăsător pe trăgaci. Dar ei au trebuit să renunțe la facultate, pentru a avea grijă de Constance care este bolnavă.” A făcut o pauză și, când a început din nou să vorbească, avea un glas ce exprima uimirea. „Ce este ciudat este că ei se simt toți responsabili pentru moartea mea. Vinovăția îi macină. Cred că ar fi putut să mă apere de mine însumi, să mă salveze dacă ar fi făcut mai mult. Nu pot să cred! Mâna mea, nu a lor, a ținut arma. Și Constance a făcut tot ce a putut. M-a implorat. Nu am crezut-o și, în final, am făcut-o.”

„Reacția lor nu este foarte ciudată”, am spus încet. „În multe cazuri, supraviețuitorii se simt responsabili.”

Au început să-i curgă lacrimile.

„Of, îmi pare rău. Atât de rău. N-am vrut ...”

„Să-i faci să sufere?”

„Da. Eu eram cel care suferea.”

Sinuciderea nu este un act de altruism. Este un act de mânie sau disperare. Îi voi spune asta lui Gary când îl voi aduce înapoi, dar acum era important să știe mai multe despre viitor. L-am condus și mai departe, în viața următoare.

Măinile lui au apucat strâns brațele scaunului, până când încheieturile i s-au albit. „Este un bărbat care stă în picioare și îndreptă un pistol spre tâmplă. Îi văd degetul cum se strânge pe trăgaci.”

„Bărbatul ești tu?”

„Da!”

„Cu pistolul îndreptat spre tâmplă, așa cum ai văzut în visul despre care mi-ai povestit, când ai venit prima oară la mine?”

Corpul i s-a relaxat.

„Un vis. Da. Asta e. Un vis.”

„Înseamnă că vrei să te omori?”

„Da. Merit să mor. Am avut o aventură.”

„Deci ești căsătorit?”

„Bineînțeles. Și lucrez pentru socrul meu.”

„O aventură nu este un motiv pentru a te sinucide.”

„Nu înțelegi. Dacă soția mea află, îi va spune tatălui ei și voi pierde totul: slujbă, familie, poziție, prieteni, respectul de sine. Nu aș putea suporta umilința.”

„Aventura este secretă. De ce trebuie să afle soția ta?”

„Deoarece iubita mea i-a scris o scrisoare în care-i spune totul. M-am despărțit de ea, vezi tu, și a înnebunit. Scrisoarea este modul în care se răzbună.”

„Dar aventura s-a sfârșit. I-ai pus capăt. De ce nu recunoști și nu-ți ceri iertare soției tale, înainte ca ea să primească scrisoarea? Cu timpul, te va ierta. Poate nici nu-i va spune tatălui ei.”

„Nici o șansă. Nu m-a iubit niciodată la fel de mult ca pe tatăl ei. De fapt, nici nu cred că m-a iubit vreodată.”

„Deci, se va bucura dacă te omori?”

„Va fi sărbătoare. Îi va invita pe tatăl și pe prietenii ei.”

Amărăciunea lui era la fel de profundă ca și în viața actuală. „Visul ți se pare familiar?” , l-am întrebat. Întrebarea l-a făcut să tresară. S-a gândit o vreme și apoi a spus șovăitor:

„Vrei să spui că este ca un vis care se repetă? Nu, nu cred. Doar ...” A dat din cap. „Nu.”

„Și, în final, te-ai omorât?”

S-a încruntat. Tăcere. Într-un sfârșit:

„Nu știu. Nu pot vedea. Oh, Doamne! *Nu știu ce să fac.*”

Și-a amintit de visul lui din viitor, atunci când a revenit în prezent, în viața actuală.

„Asta înseamnă că voi trăi aceleași vechi sentimente, umilința și deznădejdea, iar și iar?”

„Asta simți?”

„Mi se pare că voi dori să mă omor la nesfârșit, că, indiferent de viața mea, acesta va fi tiparul pe care-l va urma.”

„Până vei fi pregătit să înveți”, am aprobat. „Este ca într-o tragedie greacă. Dacă te omori acum, vei fi sortit să te confrunți cu situația iar și iar. Ceea ce nu ai reușit să-ți dai seama este că bărbatul din visul tău și bărbatul pe care l-ai văzut în viitor – bărbatul cu pistolul la tâmplă – nu erai tu, ci doar o parte din tine, cea care se detestă pe ea însăși, cea sinucigașă.”

S-a cutremurat, de parcă i-ar fi fost brusc rece.

„Dacă aș merge pe celălalt drum”, a spus, „cum ar fi?”

„Ah, bună întrebare. Pe acel drum vei putea să înveți.”

I-a trebuit mai mult ca de obicei să intre în transa hipnotică, poate pentru că îi era teamă că și al doilea drum va conduce spre deznădejde. Dar a ajuns în viitorul apropiat în care nu luase decizia de a se omorî.

„M-am declarat falimentar”, mi-a spus „dar am câștigat procesul. Nu avea baze legale.”

„Și Constance?”

„M-a susținut în totalitate. La fel și copiii, și prietenii. Cred că ei s-au gândit că toți facem greșeli și m-au iertat pentru ale mele. De fapt, nici nu au crezut că aveam nevoie să fiu iertat. Eram soțul și tatăl și prietenul lor, nu o persoană infailibilă, nu Dumnezeu.”

„Cum te-ai descurcat din punct de vedere financiar?”

„Am vândut casa și ne-am luat una mai mică. Mi-am putut plăti datoriile neachitate, ca să nu mai vorbim de facturile medicale.”

„Băieții?”

„Au rămas la școală. Au trebuit să stea în aceeași cameră, când veneau acasă, dar nu i-a deranjat.”

„În ce domeniu lucrezi acum?” A zâmbit.

„Monezi rare. Erau un hobby, iar acum sunt o vocație.”

„Te descurci?”

„Splendid, mulțumesc. Am angajat din nou câțiva dintre angajații pe care a trebuit să-i las să plece. Au fost fericiți să vină și chiar și-au lăsat slujbele pentru a mi se alătura. Cred că nu s-au gândit că sunt un șef rău, sau un ratat. Le-am spus adevărul, atunci când i-am concediat. Unul dintre ei mi-a spus că îmi admiră sinceritatea și compasiunea. Bineînțeles, afacerea mea cu antichități a pornit și ea bine, deci cine știe?”

L-am avansat și mai mult, spre sfârșitul vieții lui.

„Există nepoți”, a spus el. „Constance a mea a murit cu mulți ani în urmă, dar am putut să fiu alături de ea în ultimele ei zile și am continuat să ne iubim până la sfârșit.” A oftat.

„Cu toate astea, am avut o viață bună.”

Știam, dat fiind schimbarea din inima și mintea lui, că viața viitoare va fi mai bună. Acum, Gary era un om de știință care cerceta fiziologia plantelor – mai exact, crea specii care conțineau întreaga paletă de substanțe nutritive, pentru ca oamenii să poată adopta fără probleme vegetarianismul, ca alternativă la consumul de animale, cu o conștiință superioară. Nu apărea nici un plan de afaceri, nici un adulter, nu existau sentimente de deznădejde și nici cea mai mică idee de sinucidere.

Când l-am adus înapoi în prezent, nu mai era nici un dubiu în ceea ce privește calea ce urma să o aleagă. Va evita prima cale, și-a dat el seama, deoarece va alege cu înțelepciune în prezent. Într-adevăr, viața lui Gary s-a desfășurat, până acum, exact ca pe calea pe care o alesese. Familia a continuat să-l iubească și să-l sprijine. A câștigat procesul. A început o nouă afacere, o galerie pentru artiști contemporani (viziunea cuiva despre viitor este rareori 100% exactă), și descoperirea unor medicamente noi au mai atenuat unele dintre simptomele lui Constance, deși amândoi s-au împăcat cu existența bolii ei. Acum câteva zile m-a sunat să-mi dea niște noutăți: Unul dintre fii lui se decisese să renunțe la facultate pentru a deveni cântăreț de muzică rock.

„Ce crezi despre asta?”, am întrebat.

„Nu-mi convine deloc.“

„Ce i-ai spus?“

„I-am spus:

„Băiete, întotdeauna vei fi cineva, indiferent de ceea ce te hotărăști să faci.“

Deși cred că există bifurcații în toate viețile noastre și că progresia în viitor ne poate ajuta să ne hotărâm pe ce drum o vom lua, cred, de asemenea, că există răscruci și în viața lumii – și, cu cât le observăm și le înțelegem mai bine, cu atât ne cresc șansele de a împiedica distrugerea Pământului.

Acesta este motivul pentru care am folosit seminarele pe care le țin ca pe un mijloc de a face profeții. Repet, nu există nici o cale de a verifica cele descoperite de mine și, cu timpul, sunt sigur că voi elabora metode mai bune, pentru a face cele relatate de cei care s-au aventurat în viitor mai exacte. Ceea ce știu cu siguranță este că există un consens, în ceea ce privește viitorul, la participanții la seminarele mele, numărul lor depășind până acum cu mult peste două mii de persoane, și că pot să ofer – șovăitor și experimental – în linii generale, un scenariu pe care voi continua să-l cercetez.

Așa cum v-am spus, în cadrul progresiilor mele în grup, încerc să port pașii participanților în trei momente diferite ale călătoriei spre viitor: peste o sută, cinci sute și o mie de ani. Nu este ceva exact. Oamenii beneficiază întotdeauna de libertatea de a explora orice plan, oricând. Dar, această indicație generală, am descoperit că le este utilă atât lor cât și mie.

Ce am descoperit?

Și Peste o sută de ani – sau chiar două – lumea va fi foarte asemănătoare cu cea de azi. Au fost calamități naturale, cât și calamități provocate de om, tragedii și dezastre, dar nu la nivel global. Nivelul substanțelor toxice și al poluării este mai mare, numărul populației este mai mare, la fel și încălzirea globală; sunt mai puține boli virulente și metode mai bune de cultivare și recoltare a hranei, și așa mai departe. Dar, pentru a parafraza cântecul lui Stephen Sondheim, „Suntem încă aici“ – practic intacti.

§ După această perioadă – poate peste trei sau șase sute de ani – va începe o a doua Epocă întunecată. (În aceste progresii, oamenii par să prevadă evenimente amenințătoare mai apropiate de prima dată menționată; poate asta se datorează faptului că viitorul nu este exact delimitat și întunericul avansează mai rapid din cauza gândurilor și acțiunilor negative ale multor oameni, deși, prin eforturile noastre cumulate, mai este încă timp să inversăm procesul.

Această perioadă de mijloc este, de departe, cel mai greu de definit.) Nu știu ce a provocat întunericul – de aici nevoia de a studia mai exact – dar vedem o populație foarte mult redusă ca număr. Explicația poate fi scăderea natalității, din cauza substanțelor otrăvitoare din mediu; există chiar suficiente dovezi care atestă că viteza de deplasare a spermatozoizilor este în scădere. Dar virusii, substanțele toxice, asteroizii, meteoriții, războaiele, epidemiile, sau altă calamitate necunoscută, pot fi și ele responsabile.

Unii dintre noi nu se vor reîncarna în acea perioadă. Conștiința noastră poate să se fi modificat suficient de mult, astfel încât vom urmări totul din alt loc, dintr-o altă dimensiune. Poate nu va trebui să fim aici. Alternativele noastre individuale de viitor, poate, sunt mai avansate decât cele ale planetei; unii dintre noi s-ar putea reîntrupa în alte dimensiuni sau lumi.

În cartea *Mesaje de la maeștri* am scris că lumea trece de la o școală cu o singură încăpere, unde toți elevii din clasa I-a și până la a XII-a sunt înghesuiți împreună, la două școli diferite, cea elementară și cea medie. Dar liceul nu este aici și nici nu va fi până ce nu vom pune capăt poluării, distrugerii și morții. Unii au ajuns cu siguranță la liceu, iar alții la facultate, dar sunt, deja, într-un alt plan și sosesc acolo din ce în ce mai mulți. Ei ajuns la nivelul la care nu mai sunt nevoiți să se reîntrupeze pe Pământ și poate cei din liceu ne ajută de la distanță. Cei de la facultate sunt preocupați de cursurile postuniversitare, unde vor fuziona și deveni parte din Unul.

§ Și apoi urmează acel tărâm idilic, fertil și liniștit, pe care Hugh I-a văzut chiar înainte de a începe progresia de grup și pe care mulți alții mi l-au mai descris de atunci. Doar câțiva mi-au vorbit despre norii prin care a trecut Hugh înainte să ajungă la tărâmul

luminos. Poate pentru că acum suntem în acei nori întunecați, iar participanții, aflați în mijlocul lor, nu au putut să le recunoască existența, așa cum a făcut Hugh. Dar toți văd strălucirea, toți simt pacea, și toți vin înapoi transformați.

Dacă viziunea lor cumulată va fi suficient de puternică și alții li se vor alătura în pregătirea lor pentru viețile ce vor urma – în loc să se urască și să se omoare între ei, în loc să otrăvească mediul înconjurător și sufletele lor – tărâmul ideal se va manifesta în realitate, iar noi vom ajunge într-un loc din lumea asta atât de asemănător cu lumea de dincolo, încât va fi ușor să creăm o punte între ele.



Deoarece eu sunt atât muritor cât și nemuritor, preocuparea mea actuală este clipa prezentă și vremurile dificile ce vor veni, pentru că noi nu suntem forțați să urmăm acest viitor, deși comportamentul nostru pară să ne limiteze întrucâtva opțiunile.

Totuși, sunt optimist. Cu timpul, cred, conștiința colectivă a oamenilor, care tânjește după o lume mai pașnică și mai idilică, o va crea. Pentru asta, fiecare dintre noi, trebuie să ne amintim că soarta noastră este să fim nemuritori.

Da, dar prea mulți dintre noi nu știu asta – sau, în graba evenimentelor de zi cu zi, uită de asta.

Sper că această carte va fi ca un memento.



Cuvinte de mulțumire

Aduc cele mai calde mulțumiri lui Richard Marek, ale cărui experiență și sprijin au avut o contribuție deosebită la definirea acestei cărți. El îmi este un adevărat prieten.

Personalul de la Free Press a fost extraordinar. Fred Hills a fost o prezență de neprețuit, încă de la începuturile colaborării mele cu Simon & Shuster. Este un editor fantastic iar cartea mea a beneficiat de îndrumările și sfaturile lui. Îmi exprim cea mai profundă recunoștință față de Carisa Hays, Elizabeth Keenan, Suzanne Donahue și de toți ceilalți.

Sunt etern recunoscător extraordinarului și minunatului meu agent Joni Evans de la Agenția William Morris. Iar pentru familia mea, sufletele mele pereche în călătoria aceasta din viața actuală și din multe altele, bucuria mea supremă este să știu că vom fi întotdeauna împreună, până la sfârșitul vremurilor.



Despre autor

Dr. Weiss are un cabinet privat în Miami, Florida. De asemenea, el realizează seminarii și ateliere de lucru experimentale la scară națională și internațională, precum și programe de pregătire pentru persoane de aceeași profesie. Dr. Weiss a înregistrat câteva casete audio și CD-uri în care îi ajută pe oameni să descopere și să învețe tehnici de meditație, vindecare, relaxare profundă, regresie, precum și alte exerciții de vizualizare.

Pentru mai multe informații vă rugăm contactați:
<http://www.brianweiss.com/>

Cuprins

| | |
|---|-----|
| Prefață | 7 |
| 1. Nemurire | 13 |
| 2. George: Controlul mâniei | 25 |
| 3. Victoria, Evelyn și Michelle: Sănătate | 40 |
| 4. Samantha și Max: Empatia | 62 |
| 5. Hugh și Chitra: Compasiune | 80 |
| 6. Paul: Răbdarea și înțelegerea | 98 |
| 7. Emily, Joyce, Roberta și Anne: Nonviolența | 111 |
| 8. Bruce: Relațiile | 126 |
| 9. Patrick: Siguranța | 138 |
| 10. John: Liber Arbitru și Destin | 152 |
| 11. Contemplarea și Meditația | 166 |
| 12. David: Spiritualitatea | 179 |
| 13. Jennifer și Cristina: Iubirea | 193 |
| 14. Gary: Viitorul | 210 |

